FEBBRAIO
2021

LA CUCINA ITALIANA

DAL 1929 IL MENSILE DI GASTRONOMIA CON LA CUCINA IN REDAZIONE

50 RICETTE
FACILI O ANCHE DIFFICILI, SEMPRE ECCELLENTI

70 LUOGHI
DOVE ANDREMO A MANGIARE

APERITIVO
I VINI E I SAPORI GIUSTI

CARNEVALE!

TORTELLI, CHIACCHIERE E I MACCHERONI PREFERITI DA UN CERTO GIACOMO CASANOVA...

POSTE ITALIANE S.P.A. - SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE AUT. MBPA/LO-NO/019/A.P./2019 - PERIODICO ROC - LO/MI - AUSTRIA € 11,50 - BELGIO € 9,00 - FRANCIA € 7,90 - GERMANIA € 11,50 - LUX € 8,00 - SPAGNA € 7,50 - SVEZIA SEK 99,00 - CANTON TICINO CHF 11,40 - SVIZZERA CHF 12,00 - U.K. GBP 8,99 - PORTOGALLO € 7,30

ANDIAMO AVANTI

Ho scelto questa foto con Leonardo vestito da Uomo Ragno («si dice Spiderman, mamma») perché eravamo in piazza del Duomo a Milano in mezzo a una grande folla tra coriandoli che fioccavano dappertutto. Già, qualche tempo fa, e quel «qualche» sta diventando lungo. C'erano i coriandoli – dicevo – e in questo numero di *La Cucina Italiana* vi sveliamo l'origine gastronomica molto dolce, molto romantica e tutta veneziana e la storia avvincente di quei dischetti che siamo abituati a vedere di carta. Carnevale come potremo, così «come potremo» tante cose, anche se sicuramente potremo cucinare a casa una ricetta di Giacomo Casanova, il più impertinente dei playboy, e sedurre il palato e la fantasia (San Valentino?). E poi troverete un ricettario ispirato alle trattorie d'Italia, con i piatti più deliziosi e più iconici preparati nella nostra cucina, e i tanti luoghi del cuore dove ci piacerà riaccomodarci per un pasto degno di questo nome, quando saranno aperti. Indirizzi speciali, sparsi per tutto il Paese, colmi di succulenta magia. Cibo, bellezza, armonia sono le parole che ispirano questo numero. Per restare uniti, insieme, per pensare alle imprese che ci aspettano, come riassaporare la libertà e goderne ogni attimo, per ricordarci che cucina vuol dire cultura e divertimento, per concentrarci anche nelle avventure che aiutano la nostra Italia, come la candidatura del nostro patrimonio gastronomico all'Unesco. Andiamo avanti. Resta comunque certo che quel costume da supereroe ce lo meritiamo un po' tutti.

Maddalena Fossati Dondero
mfossati@lacucinaitaliana.it
instagram.com/maddalena_fossati

FOTO RICCARDO LETTIERI

LA CUCINA ITALIANA

47

SOMMARIO

26

L'attore, scrittore, regista e produttore americano Stanley Tucci.

Il Ricettario

La Scuola

Guide

88

IN COPERTINA
Fritole (pag. 71)
Ricetta di Joëlle Néderlants, foto di Riccardo Lettieri, styling di Beatrice Prada

18

Grazia Andreotti con la ricetta che ha cucinato per noi.

106

DI STAGIONE

Frutta, verdura, pesce? Ecco cosa scegliere ora, al massimo del gusto e delle proprietà

Arance, Barbabietola, Broccoli, Carciofi, Cavolfiore, Finocchi, Indivia belga, Kiwi, Mandarini, Mele e pere, Porri, Radicchio, Calamari, Merluzzo, Pagello fragolino, Pannocchie, Polpo, Spigola o branzino

FOTOGRAFATE LA LISTA
e portatela con voi quando fate la spesa: oltre a essere migliori, gli ingredienti di stagione sono anche più economici.

IL MENSILE DI GASTRONOMIA
LA CUCINA ITALIANA
PREPARATO E ASSAGGIATO
CON LA CUCINA IN REDAZIONE

La filosofia che ci guida dal 1929
Ogni piatto nasce dalla nostra cucina in redazione, una cucina di casa proprio come la vostra. Un cuoco lo pensa e lo realizza, e un redattore ne segue tutti i passaggi, per raccontarvi nel dettaglio che cosa dovrete fare per replicarlo. E dopo averlo fotografato lo assaggiamo e verifichiamo che sia all'altezza delle vostre aspettative.

FOTO INGREDIENTI **AG. 123RF, AG. GETTY IMAGES, ARCH. LCI**

FACEBOOK.COM/LACUCINAITALIANA INSTAGRAM.COM/LACUCINAITALIANA TWITTER.COM/CUCINA_ITALIANA

VI ASPETTIAMO IN EDICOLA OGNI MESE

Per scrivere alla redazione:
cucina@lacucinaitaliana.it
oppure La Cucina Italiana, piazzale Cadorna 5/7, 20123 Milano, telefono 02 85611

SIAMO ANCHE IN DIGITALE

Potete acquistare la copia singola o l'abbonamento in edizione digitale sulla App LA CUCINA ITALIANA disponibile su Apple Store e Google Play.

PER ABBONARSI

www.abbonamenti.it/r10377
oppure chiamate lo 02 86808080

IL SITO

Scoprite i video e i contenuti aggiuntivi di La Cucina Italiana e cercate la vostra ricetta preferita tra le tantissime che pubblichiamo ogni giorno su
lacucinaitaliana.it

I SOCIAL

Seguiteci su
facebook.com/LaCucinaItaliana
instagram.com/LaCucinaItaliana
twitter.com/Cucina_Italiana

LA CUCINA ITALIANA
LA SCUOLA

Si trova a Milano in via San Nicolao 7 (angolo piazzale Cadorna). Non perdetevi i nostri corsi di cucina e di pasticceria, per principianti ed esperti.
scuola.lacucinaitaliana.it
Scoprite anche le videolezioni online su
corsidigitali.lacucinaitaliana.it

LA CUCINA ITALIANA

N. 02 - Febbraio 2021 - **Anno 92°**

Direttore Responsabile
MADDALENA FOSSATI DONDERO

Art Director
BRENDAN ALLTHORPE
Caporedattore
MARIA VITTORIA DALLA CIA
Web Editor
SABINA MONTEVERGINE
Contributing Editor
FIAMMETTA FADDA

Redazione
LAURA FORTI (redattore esperto) – lforti@lacucinaitaliana.it
ANGELA ODONE – aodone@lacucinaitaliana.it
SARA TIENI – stieni@lacucinaitaliana.it
Ufficio grafico
RITA ORLANDI (capo ufficio grafico)
FRANCESCA SAMADEN
Photo Editor
ELENA VILLA
Cucina sperimentale
JOËLLE NÉDERLANTS
Styling
BEATRICE PRADA (consultant)
Segreteria di Redazione
MONICA OGGIONI – cucina@lacucinaitaliana.it
Lacucinaitaliana.it
RICCARDO ANGIOLANI – rangiolani@condenast.it
GAIA MASIERO – gmasiero.ext@lacucinaitaliana.it
ALESSANDRO PIROLLO – apirollo@lacucinaitaliana.it
STEFANIA VIRONE VITTOR – svirone@lacucinaitaliana.it

Cuochi
DAVIDE BROVELLI, ELISABETTA CARIATI, JOËLLE NÉDERLANTS, GIOVANNI ROTA, SARA TIENI
Hanno collaborato
SARA MAGRO, MARINA MIGLIAVACCA, ABIGAIL NAPP, CARLO OTTAVIANO, STUDIO DIWA (REVISIONE TESTI), VALENTINA VERCELLI, GABRIELE ZANATTA, ROBERTO ZICHITTELLA
Per le immagini
AG. 123RF, AG. CLICKALPS, AG. CONTRASTO, AG. GETTY IMAGES, AG. MONDADORI PORTFOLIO, GIACOMO BRETZEL, MATTEO CARASSALE, ENRICO DE LUIGI, SOFIE DELAUW, RICCARDO LETTIERI, MASSIMO LISTRI, STEFANO TORRIONE, MONICA VINELLA

Chief Revenue Officer FRANCESCA AIROLDI

Sales & Marketing Advisor ROMANO RUOSI

Business Director ALESSANDRO BELLONI
Advertising Manager FEDERICA METTICA

Content Experience Unit Director VALENTINA DI FRANCO
Digital Content Unit Director SILVIA CAVALLI
Advertising Marketing Director RAFFAELLA BUDA
Moda e Oggetti Personali MATTIA MONDANI Direttore. **Beauty** MARCO RAVASI Direttore
Centri Media Print ROMANO RUOSI ad interim. **Arredo e Design** CARLO CLERICI Direttore
Digital and Data Advertising Director MASSIMO MIELE
Digital Sales GIOVANNI SCIBETTA Responsabile
Centro Nord LORIS VARO Area Manager
Centro Sud: ANTONELLA BASILE Area Manager
Mercati Esteri MATTIA MONDANI Direttore
Uffici Pubblicità Estero - Parigi/Londra ANGELA NEUMANN. **New York** ALESSANDRO CREMONA

EDIZIONI CONDÉ NAST S.p.A.

Chief Operating Officer DOMENICO NOCCO

Vice Presidente GIUSEPPE MONDANI. **Chief Digital Officer** MARCO FORMENTO
Consumer Marketing Director ALESSANDRO BELLONI. **Direttore Circulation** ALBERTO CAVARA
Direttore Produzione BRUNO MORONA. **Direttore Risorse Umane** CRISTINA LIPPI
Direttore Amministrazione e Controllo di Gestione LUCA ROLDI
Digital Marketing Manager GAËLLE TOUWAIDE. **Social Media Director** ROBERTA CIANETTI
Digital Product Director PIETRO TURI. **Head of Digital Video** RACHELE WILLIG
Digital CTO MARCO VIGANÒ. **Enterprise IT** AURELIO FERRARI
Digital Operations e Data Marketing Director ROBERTO ALBANI

Sede: 20123 **Milano**, piazzale Luigi Cadorna 5 - tel. 0285611 - fax 028055716.
Padova, c/o Regus Padova Est Sottopassaggio Mario Saggin 2 - 35131 Padova, tel. 0285611 - fax 028055716.
Bologna, c/o Copernico via Altabella 17 - 40125 Bologna, tel. 0085611 - fax 028055716.
Roma, via C. Monteverdi 20, tel. 0684046415 - fax 068079249.
Parigi/Londra, 3 Avenue Hoche 75008 Paris - tel. 00331-53436975.
New York, Spring Place 6, St Johns Lane - New York NY 10013 - tel. 2123808236.

Indirizzi, aperture, oggetti e novità per amanti della buona tavola

a cura di SARA TIENI

notizie di cibo

Più attenti, più golosi, più sani

Il 5 febbraio è la Giornata nazionale di Prevenzione dello spreco alimentare. E nell'ultimo anno noi italiani siamo migliorati: secondo il Rapporto Waste Watcher 2020, lo scarto per famiglia si è ridotto del 25% passando da 7 euro alla settimana a 4,9 euro, con un risparmio di 1,5 miliardi di euro all'anno. In questa direzione vanno anche alcune piattaforme come *belladentro.org* che compra frutta e ortaggi brutti o imperfetti ma buoni e li rivende a prezzi convenienti, anche sotto forma di conserve. Noi italiani siamo diventati più attenti anche alla dieta come fonte primaria di salute. Per esempio, per rafforzare le difese immunitarie deve essere ricca di vitamine C, D, E e di Omega 3. E se optiamo per un delivery? Basta un po' di cura nella scelta. La catena milanese di ristoranti God Save The Food ha iniziato a collaborare con Stefania Sanfelice, per oltre venti anni responsabile del Centro Macrobiotico Italiano, e propone un menù con alimenti essenziali per il nostro benessere, compresa la golosa mousse al cioccolato senza lattosio nella foto (*godsavethefood.com*, o su App Deliveroo e MyMenù).

FOTO JACOPO SALVI

Appassionatevi!

Tutto il necessario per creare l'atmosfera perfetta per un San Valentino delizioso. Dalla pizza al dessert

La macchina da caffè Illy ESE consente di usare anche a casa le cialde Easy Serving Espresso (ESE appunto), con il caffè racchiuso tra due strati di carta filtrante, compostabili da buttare nell'organico.

Vi piacciono le praline al cocco Raffaello di Ferrero? Eccole a voi in versione romantica.

Per la vostra cenetta a due, completate la tavola con le posate in resina rossa biologica certificata e brevettata della linea Atlas di Ashanti.

Cornetto portafortuna – sempre utile, anche in amore – di Bottega Egnazia, la boutique (anche on line) del resort pugliese Borgo Egnazia.

Una lampante dichiarazione quella gonfiabile ideata da *maiuguali.it*

Nella limited edition dei Baci Perugina per San Valentino, troverete 30 nuove frasi d'amore firmate da Elodie (a destra) insieme ai Pinguini Tattici Nucleari.

Fatta a mano e cotta nel forno a legna dopo una lievitazione di 24 ore, la Margherita surgelata a forma di cuore è l'omaggio di Il Viaggiator Goloso per celebrare il 14 febbraio.

Coppapasta della linea Presto di Tescoma: per preparare un facile dolcetto conquistatore.

Amavo tante cose prima di te. Ora me ne basta una

Elodie & Pinguini Tattici Nucleari

Mini cocotte in ghisa vetrificata di L'Amour Collection, Le Creuset: resistente a graffi e urti, come il vero amore.

Scatola vintage per le praline assortite dello storico marchio londinese Prestat, che ispirò Roald Dahl per scrivere *La fabbrica di cioccolato*.

L'orsetto Teddy che abbraccia un cuore è un tenero centrotavola proposto da Thun.

FOTO **FABIO OGGERO, AG. 123RF**

Un mondo migliore

A Torino ha aperto Green Pea, una nuova impresa da cinquanta milioni di euro e quindicimila metri quadrati realizzata con il massimo rispetto nei confronti del pianeta

Dobbiamo smettere di consumare o piuttosto dobbiamo consumare con più attenzione? Questo l'interrogativo che ha guidato le tre famiglie Farinetti, Nocivelli e Orecchia nella realizzazione a Torino di Green Pea, primo centro commerciale sostenibile. Un «piccolo pisello verde è stato scelto a simbolo di questo nuovo modo di fare impresa: rotondo come la Terra e verde come dovrebbe essere il nostro pianeta», racconta il presidente e amministratore delegato Francesco Farinetti, figlio maggiore di Oscar. Parla di un investimento di cinquanta milioni di euro per uno spazio di quindicimila metri quadrati di shopping: settantadue negozi, tra cui il ristorante stellato Casa Vicina più altre due insegne, e cinque piani coronati da una terrazza con infinity pool e un Otium Pea Club per il relax. Anche l'edificio, a basse emissioni di CO_2 e alimentato da energia prodotta con fonti rinnovabili, è stato progettato come un «organismo vivente»: attorniato da duemila alberi e piante simboleggia la filosofia dell'impresa, che parte dal rispetto ambientale.

Piatto ricco...

Felicia, la pasta biologica e senza glutine a base di cereali e legumi, ha realizzato un set di quattro fondine per celebrare l'artigianato italiano. I piatti, decorati con maccheroni, farfalle e altri formati, sono stati realizzati da Enza Fasano, maestra nell'arte figulina, un'antica tecnica di decorazione e cottura della ceramica tipica di Grottaglie e della Puglia in generale.

Alla nostra salute

Agrumi per la prevenzione? Citrus lancia il pack La Spremuta del Benessere, con arancia bionda e bergamotto: come per tutti i prodotti del brand romagnolo, parte del ricavato delle vendite è devoluto alla Fondazione Umberto Veronesi, impegnata nell'oncologia e nella nutrigenomica. Dal 4 al 14 febbraio, invece, molte insegne della grande distribuzione si impegnano a donare alla Fondazione AIRC, per la ricerca sul cancro, 50 centesimi per ogni reticella di arance rosse venduta.

NON PUÒ MAI MANCARE...

«Quali le etichette irrinunciabili nella cantina di ogni appassionato? Il **Barolo** di **Bartolo Mascarello** (395 euro, *tel. 017356125*), fine, elegante e di grande territorialità; il **Masseto**, uno splendido e potente Merlot in purezza che nasce a Bolgheri (*attualmente il vino più costoso d'Italia*, ndr) (890 euro, *masseto.com*); il Passito di Pantelleria **Ben Ryé** di **Donnafugata**, dai suadenti profumi di frutta secca e sciroppata ed erbe mediterranee, complesso e con una persistenza infinita (la bottiglia da 0,375 litri 25,50 euro, *donnafugata.it*)».

Vito Intini nasce nel 1957 a Milano e si appassiona al vino dall'età di cinque anni, quando comincia a scrivere aiutando il padre a catalogare le bottiglie della sua collezione. Dopo aver frequentato corsi in Italia e all'estero, diventa sommelier a metà degli anni Novanta. Nel 1998 entra nell'Onav, l'Organizzazione Nazionale degli Assaggiatori di Vino, di cui è presidente nazionale dal 2014.

SARANNO FAMOSI (MA VOI SCOPRITELI ADESSO)

Uno dei piaceri del vino è individuare i produttori più promettenti, prima che diventino conosciuti e di moda. «Tra quelli da tenere d'occhio consiglio l'azienda veneta Monte Dall' Ora, che produce Valpolicella Classico Superiore, Ripasso, Amarone e Recioto (*montedallora.com*). Ottimi anche i vini dell'Alto Piemonte Bramaterra e Coste della Sesia di Odilio Antoniotti (*tel. 0163860309*) e i vini Barolo, Freisa, Barbera e Nebbiolo che produce Massimo Benevelli a Monforte d'Alba (*barolobenevelli.com*)».

ELOGIO DELLA MEMORIA

È tra le doti fondamentali di un bravo assaggiatore. Per imparare a esercitarla arriva in aiuto anche un nuovo corso online **di VALENTINA VERCELLI**

BUON BERE QUOTIDIANO

«Per selezionare queste bottiglie ho tenuto conto della costanza della qualità, di tipicità e territorialità, e della facilità di abbinamento anche per i non esperti. Partendo dal Nord, l'**Alto Adige Pinot Bianco Plötzner 2019** della cantina cooperativa **San Paolo**, sapido, fruttato ed erbaceo (**11 euro**, *stpauls.wine*); il rosso e profumatissimo **Ruché** di **Castagnole Monferrato La Tradizione 2019** di Montalbera, da un vitigno piemontese di nuovo in auge (**10 euro**, *montalbera.it*); segue un bianco toscano che meriterebbe più fama di quella che ha, con un rapporto eccellente tra la qualità e il prezzo: la **Vernaccia di San Gimignano Casanuova 2017** di **Fontaleoni** (**11 euro**, *fontaleoni.com*); in Molise troviamo il **Biferno Rosso Ramitello 2016** della cantina **Di Majo Norante**, un Montepulciano con saldo di aglianico corposo, fruttato e vellutato (**11,50 euro**, *dimajonorante*.com); in Sicilia il bianco **Grillo SurSur 2019** di **Donnafugata** (**10,50 euro**, *donnafugata.it*), scorrevole e fresco».

COME SI DIVENTA UN ESPERTO DI VINI

«Chiunque può diventare un buon assaggiatore di vino, ma chi desidera eccellere ha bisogno di grande passione, forte curiosità, un'ottima memoria o un buon metodo di archiviazione delle informazioni; deve essere imparziale e affrontare il mondo del vino con umiltà e rispetto. Per iniziare, sarebbe ideale un supporto formativo. In questo periodo, in cui è difficile frequentare qualche associazione, Onav ha lanciato il corso online **#vinodentro**. Si articola in 16 lezioni teoriche tenute da alcuni dei nomi più autorevoli del vino italiano e in 5 degustazioni guidate di 21 vini selezionati, che vengono spediti a casa. Il corso prevede anche la presenza di un tutor personale e si conclude con la qualifica di Wine Connoisseur». Per informazioni, ***onav.it***

FASCINOSO BRANDY

Dopo secoli di meritata fama, un certo oblio oggi avvolge questo distillato. Accomodatevi (con la fantasia) accanto al camino e riscopritelo in sorsi corroboranti di **ANGELA ODONE**

«Acquavite che si ottiene dalla distillazione del vino, poi maturata, corretta e invecchiata in botti di rovere (cfr. *loZingarelli*)». Ma che fine ha fatto il brandy (il nome deriverebbe dall'olandese *brandewijn*, vino bruciato perché scaldato e distillato in grandi alambicchi di rame, oppure dal piemontese *branda* che indica la grappa, sempre un distillato, ma di vinacce)? Svaporato dalla memoria, passato di moda. Eppure c'è stato un momento in cui in moltissime case italiane il pranzo della domenica, una festa o una cena importante terminavano con questo superalcolico. Quasi di sicuro, aprendo l'antina del mobile bar, si vedrà comparire una *cognaçaise*, la bottiglia deputata a contenere tutti i tipi di brandy, primo fra tutti il francese Cognac.

Se si prova a ripescare nei ricordi delle réclame di una volta, ecco Gino Cervi e Fernandel, Sandra Mondaini e Raimondo Vianello, Ugo Tognazzi, Gigi Proietti... e poi impossibile non riconoscere le prime note della *Romanza in fa maggiore op. 50 n. 2* di Beethoven. Vi bastano queste informazioni per immaginarvi con un ballon in mano, mentre ne ammirate i **riflessi ambrati**? O preferite immedesimarvi nel James Bond di *Operazione Barbarossa* mentre degusta un drink preparato con una dose generosa di acquavite? Se invece volete provare un cocktail da mille e una notte, nato dal genio di Walter Bolzonella (da più di quarant'anni alla guida del bar del Belmond Hotel Cipriani di Venezia), allora ordinate un Lady C: Cognac, Sauternes e due gocce di Angostura, e preparatevi per la rivincita del brandy. ■

FOTO **AG. 123RF, AG. GETTY IMAGES**

con lo spirito giusto

Vecchia Romagna Riserva Anniversario
Doppia distillazione, invecchiamento in botti di rovere, blending di annate storiche per un brandy strutturato con note agrumate, di frutta sotto spirito, tabacco e caffè. *vecchiaromagna.it*

Laird's - Straight Applejack 86
Brandy storico americano a base di mele con almeno tre anni di invecchiamento. Complesso e di sapore morbido, è ideale liscio, con ghiaccio o miscelato. *compagniadeicaraibi.com*

Egg Nog drink invernale

9 cl brandy, 9 cl rum scuro, 16 cl latte, sciroppo di zucchero, 1 tuorlo, cannella in polvere, ghiaccio. Riempite lo shaker di ghiaccio, unite il brandy, il rum, il tuorlo e 1 cucchiaino di sciroppo. Shakerate con energia, quindi filtrate nel bicchiere ballon. Aggiungete il latte freddo, completate con cannella e, a piacere, noce moscata e scaglie di cioccolato. Se volete provare la versione calda, scaldate il latte prima di unirlo al drink.

IL FORMAGGIO DI POLIFEMO

Di antichissima produzione, il pecorino è una delle specialità italiane, con un'infinità di sfumature. Gusto, consistenze, stagionature variano a seconda della zona e del casaro. Ce n'è uno perfino per gli innamorati

di CARLO OTTAVIANO

I pecorini in stagionatura di Gregorio Rotolo, allevatore e casaro-star di Scanno, ai confini del Parco Nazionale di Abruzzo, Lazio e Molise.

Aveva un occhio solo e viveva in una grotta il casaro più famoso della storia. Vivesse oggi, il suo nome – Polifemo – sarebbe probabilmente l'etichetta di una delle eccellenze made in Italy e dimostrazione del valore culturale del cibo. I pecorini tradizionali, 38 secondo l'ultimo Atlante Slow Food dei prodotti regionali, sono una delle testimonianze del legame uomo-natura che rendono unica l'Italia del cibo. «Vi siete mai chiesti perché i pecorini hanno dimensioni medie e sono a lunga stagionatura?», domanda Enrico Panzarasa, che per mestiere, ricerca e seleziona caci straordinari. «Fatto sta», spiega, «che il periodo di lattazione di un animale addomesticato, ma ancora piuttosto selvatico, è ristretto alla primavera-estate, periodo in cui le greggi trovano ricco nutrimento sui pascoli. Con la fine dell'estate, le pecore tendono a seguire il flusso del loro ciclo biologico e smettono di produrre latte per concentrarsi sulla gestazione. L'uomo ha così imparato a conservare il latte, trasformandolo in un formaggio a medio-lunga stagionatura».

Ogni razza ovina dà un latte diverso, così come il sapore cambia secondo l'alimentazione e le stagioni. È Italo Calvino a ricordarci che «dietro ogni formaggio c'è un pascolo d'un diverso verde sotto un diverso cielo». E ci dice anche che «non è questione di scegliere il proprio formaggio ma d'essere scelti» da uno con «la granulosità un po' altezzosa, o al contrario sciogliendosi in un arrendevole abbandono». Da sempre i pecorini conquistano i potenti (e i prepotenti). Quelli delle Crete senesi – il sostenuto Pienza di oggi - non mancavano mai sulla mensa di Lorenzo il Magnifico. Vivesse oggi apprezzerebbe anche il cremoso Raviggiolo fresco toscano. In Sicilia dagli anni Mille si fa lo stesso formaggio Piacentinu (che piace, in dialetto). Lo «inventò» Ruggero il Normanno per combattere il mal d'animo della moglie Adelasia del Monferrato, mescolando nel latte pepe nero e zafferano, spezie considerate anti depressive dal re. Comunque ricche di sapore.

I formaggi ovini hanno gusto forte e salato, ma ce ne sono anche di molto delicati, quasi dolci, come quelli del colli bolognesi. Impossibile stabilire quale sia il più buono. A proposito di gare, magari ci capiterà la fortuna di assistere nelle regioni del Centro Italia al gioco della ruzzola: vince chi fa rotolare più lontano una forma di pecorino stagionato. Anche questa tradizione chissà quanto è antica. ■

FOTO SOFIE DELAUW, ENRICO DE LUIGI, ARCH. LCI, PRESIDIO SLOW FOOD / ALBERTO PEROLI

Da provare

1. PECORINO DI FOSSA EMILIA-ROMAGNA
Nota dolce accanto a una spinta di piccantezza. I formaggi che Renato Brancaleoni affina nella fossa di un antico palazzo sorprendono per questa inattesa abbinata. La sua è vera arte nel produrre anche pecorini speziati o alle more selvatiche.
Fossa dell'Abbondanza *Roncofreddo (FC), fossadellabbondanza.it*

2. PIENZA TOSCANA
Fai incontrare la storia della Val d'Orcia con una famiglia di pastori sardi ed ecco i migliori pecorini di Pienza. Che Graziano Cugusi stagiona anche con foglie di noce o affinato nelle vinacce.
Fattoria Buca Nuova *Pienza (SI), fattoriabucanuova.it*

3. PECORINO DEGLI AMANTI MARCHE
Le forme riposano in una fossa sotto i resti di San Valentino. Ma, oltre al romanticismo, c'è la qualità straordinaria dei pecorini delle famiglie sarde Spada e Cau, che negli anni Settanta trasferirono qui le loro greggi e la loro arte casearia.
Cau&Spada *Sassocorvaro (PU), cauespada.it*

4. GREGORIANO ABRUZZO
Morbido e aromatico, sembra quasi stracchinato. A Scanno, zona da millenni dedicata alla pastorizia, Gregorio Rotolo crea novità con il latte delle sue 1500 pecore. Per esempio, il cacio a crosta bianca o verdastra. Fa anche una ricotta dalla scorza nera.
Valle Scannese *Scanno (AQ), vallescannese.com*

5. CANESTRATO PUGLIESE PUGLIA
Vitantonio Rozzo percorre le vie della transumanza per ritirare il latte. La stagionatura in grotte naturali o cantine deve durare almeno due mesi, ma il carattere perfetto si ha dopo cinque o sei mesi.
Caseificio Coratino *Via degli Orti 12, Corato (BA)*

6. FIORE SARDO SARDEGNA
Biologico certificato, anche lo stravecchio oltre i due anni e mezzo. I fratelli Bussu selezionano le greggi e continuano a produrre in modo artigianale.
Caseificio Bussu *Ollonai (NU), formaggidebbene.it*

1

2

3

9

7. MURELLA SARDEGNA
Dolcezza delicata, pasta tenera ed elastica, crosta color rosso vivo. L'azienda si caratterizza dai primi anni Sessanta per la differenziazione di prodotto, creando tante specialità (su tutte il Gran Pastore e il Fiore di timo).
Sardaformaggi *Buddusò (SS), sardaformaggi.it*

8. VASTEDDA DEL BELICE SICILIA
Sono solo sette i produttori di uno dei pochi pecorini a pasta filata ad acidità naturale di fermentazione. Quello di Massimo Todaro è bianco avorio con striature, e non ha crosta.
Società Agricola Ovini e Natura Todaro *Contrada Pignolo, Santa Margherita di Belice (AG)*

9. PIACENTINU ENNESE SICILIA
Sensazioni che cambiano nelle diverse stagionature. Le pecore autoctone sulle brulle colline si nutrono di rosmarino, finocchio selvatico e macchia mediterranea. A dare ancora più sapore al formaggio da latte intero ci sono lo zafferano locale e il pepe nero in grani.
Il Cavalcatore *Assoro (EN), ilcavalcatore.it*

10. MAIORCHINO SICILIA
Non ovino in purezza, ma con piccole percentuali di latte di capra e vacca. È considerato uno storico pecorino da quando la dominazione spagnola portò qui le tecniche di lavorazione delle Baleari (assomiglia a un grana). Ognuno dei sei casari della zona produce al massimo una forma al giorno.
Tiziana Buemi *Via Ippolito Nievo 22, Novara di Sicilia (ME)*

HO ADDENTATO LA LIBERTÀ

A nove anni ha dato il suo primo concerto. Da allora Beatrice Rana ha viaggiato senza tregua per lavoro dividendosi tra palcoscenico e pranzi ufficiali. Fino all'anno scorso, quando...

raccontato a FIAMMETTA FADDA

«Nella mia vita lavorativa ci sono innumerevoli pranzi, anzi cene, memorabili, organizzate dai direttori artistici dopo i concerti e trascorse in compagnia di grandi protagonisti del mondo della musica. Ma alla domanda «qual è il suo pranzo memorabile» il mio cuore ha risposto subito: quello dell'estate scorsa a Favignana.

Memorabile perché? Intanto perché era l'inizio della mia rituale settimana di vacanza di fine agosto che segue la chiusura del ciclo di concerti estivi. Vacanza di mare, naturalmente, perché la mia terra natale è la Puglia. Poi perché si trattava della prima «vacanza fuori di vacanza» della mia vita, non passata a casa, come d'abitudine, ma, evasione dentro l'evasione, prendendo un aereo non per lavorare ma per riposare. Destinazione, Favignana, in Sicilia, nel cuore dell'arcipelago delle Egadi. Un'isola selvaggia e magnifica della quale avevo a lungo fantasticato. E adesso ero là, col mio compagno, con l'unico impegno di oziare passando da una spiaggia all'altra.

Quel giorno giravamo in bici nel sole torrido dell'una di pomeriggio, affamati, assetati, alla ricerca di un rifugio ombroso dove rinfrescarci e mangiare. Abbandonati dal cellulare scarico, nostra sola bussola, ci eravamo persi tra quelle strade bianche in mezzo alle cave, piene di bivi che non si capisce dove conducano, credendo di puntare verso il centro, e procedendo invece, come abbiamo scoperto poi, in senso opposto.

A un certo punto, improvviso e unico segnale civilizzato, in riva al mare è apparso un vecchio camioncino che segnalava «Specialità di tonno». Proviamo, ci siamo detti. Di fronte alla nostra incertezza nella scelta il ragazzo, gentilissimo e sicuro, ha sentenziato: dovete assaggiare questo. È la nostra specialità. Era un panino col tonno tagliato al coltello alla maniera di un kebab, con pomodoro, cipolle caramellate e melanzane. Ci siamo seduti a mangiarlo su una roccia, in mezzo alla sabbia al limite degli scogli che scendevano verticali al mare pressoché deserto. Al centro di una natura selvaggia e incontaminata sembrava di essere protagonisti di uno di quei film americani «on the road».

Quindi, vacanziera in maglietta, pantaloncini di jeans e cappello di paglia ho addentato il mio panino. E si è verificata una magia. Al primo morso, la freschezza del pomodoro, la dolcezza del caramello, il salso del tonno hanno prodotto una congiunzione astrale di sensazioni e pensieri. Ho sempre associato le cose che mangio a quello che vivo, e il mio pasto rituale prima di salire in palcoscenico è un panino mangiato in camerino, lo stesso piccolo rabbocco di energie che mi porgeva la mamma quando ho iniziato a suonare davanti al pubblico a nove anni e che non ho più lasciato. Quel giorno la mappa gustativa e quella emotiva si sono congiunte in un lampo e per la prima volta sono riuscita a scorporare il panino dal suo significato simbolico di tensione, esibizione, attesa, giudizio, e trasferirlo nel sapore della libertà.

Abbiamo bevuto «l'acquaseltz», una limonata dissetante ghiacciata allungata con acqua frizzante e un pizzico di sale, e ci siamo rimessi in moto fino a un altro chioschetto dove abbiamo preso l'inimitabile caffè ghiacciato siciliano.

Definitivamente rinfrancati siamo risaliti in bici. E davanti a me si stendeva una giornata senza altri obblighi se non quello di passare di spiaggia in spiaggia seguendo la meravigliosa importanza della stagione.»

A soli 28 anni Beatrice Rana ha conquistato il mondo della musica classica internazionale: si esibisce nelle sale da concerto e nei festival più rinomati del mondo e collabora con i massimi direttori d'orchestra contemporanei. Altrettanto ricco il pannello delle sue apparizioni, dalla London Philharmonic Orchestra, alla Detroit Symphony Orchestra alla Filarmonica di San Pietroburgo. Nel corso delle prossime stagioni, Beatrice terrà un tour europeo di collaborazioni orchestrali e un tour dell'Asia con l'Orchestra dell'Accademia Nazionale di Santa Cecilia. La stagione 2021/22 vede il suo debutto con la Filarmonica di New York e la Sinfonica di Boston, oltre a recital alla Carnegie Hall, alla Philharmonie de Paris, al Gilmore Keyboard Festival, alla Laeiszhalle (ProArte Series) di Amburgo, alla Philharmonie di Colonia e alla Liederhalle di Stoccarda.

FOTO AG. MONDADORI PORTFOLIO

LA CUCINA ITALIANA

PER CONSORZIO VINI ALTO ADIGE

Quelle dell'Alto Adige sono bollicine fresche e ricercate, perfette per i brindisi di San Valentino.

PERLE DI MONTAGNA

Piccole ed eleganti, sono quelle che si sprigionano da un calice di metodo classico altoatesino. La produzione di bollicine qui risale al 1902, quando furono presentate le prime bottiglie dalla cantina Überetscher Champagnerkellerei di Appiano. Oggi i dieci spumantisti aderenti all'Associazione produttori spumanti metodo classico dell'Alto Adige producono circa 400.000 bottiglie all'anno, sempre più ricercate dagli appassionati per il loro carattere unico, dato dalla **pienezza di aromi**, ben bilanciata dalla sapidità e dall'acidità. Caratteristiche preziose, dovute al particolare terroir e alle escursioni termiche tra il giorno e la notte. I vitigni impiegati sono lo chardonnay, il pinot nero e il pinot bianco e il periodo di affinamento sui lieviti varia dai 15 mesi a oltre dieci anni per le riserve più importanti. Sono bollicine molto versatili in tavola, che si abbinano dall'aperitivo a tutto pasto e che stanno particolarmente bene nelle occasioni di festa. Provatele anche a San Valentino, con i piatti a base di crostacei, di caviale e di tartufo. ● **WWW.VINIALTOADIGE.COM**

Sul sito del Consorzio Vini Alto Adige è stata creata una nuova sezione dalla quale si accede direttamente agli ecommerce dei soci, in modo che acquistare i vini altoatesini sia ancora più facile. Basta collegarsi a *vinialtoadige.com* e in pochi click arriverà a casa vostra tutto il sapore del territorio.

FOTO: ALEX FILZ, MARION LAFOGLER

A Manarola, protesa sul più scenografico sperone di roccia delle Cinque Terre, una custode dei piatti locali ha cucinato per noi una specialità del borgo. Col segreto

di FIAMMETTA FADDA
foto MATTEO CARASSALE

NON CHIAMARLE COZZE

Li cucinava di rado. Perché sono un gran lavoro, ci vuole il tempo che ci vuole, e d'estate Grazia Andreotti, nume tutelare dello storico ristorante Da Aristide, a Manarola, tra poco settantanove anni portati con la massima grazia, di tempo per sé ne ha avuto sempre meno da quando, nel '97, le Cinque Terre sono diventate Patrimonio Unesco e, due anni dopo, Parco Nazionale. Ma adesso che ha lasciato a figlia e nipote il timone, quel tempo c'è. Anche se, precisa indomita, «il pesto per il ristorante lo faccio sempre io», le piace cucinare in casa per viziare i suoi seguendo per filo e per segno la sapienza antica.

Se le voci dei vacanzieri quest'anno sono purtroppo diminuite, in compenso ha «il piacere di sentire il canto degli uccelli, le voci delle vicine, le onde». Suoni che in paese non avvertiva più da quando nel '64 è arrivata qui da La Spezia, seguendo il marito **Da Aristide**, nome del proprietario e del locale, il solo del borgo aperto tutto l'anno, con bar e telefono pubblico. Due anni dopo, comprata la licenza («Ma l'insegna non abbiamo voluto cambiarla e ci ha portato fortuna»), della cucina si è sempre occupata lei, malgrado quattro figli da tirare su. Piatti forti le seppie in zimino, il polpo con le patate, i gamberi coi carciofi.

Oggi nella piccola cucina odorosa di pulito, col timo e la maggiorana nei vasi sul balcone, ci sono tutti gli strumenti delle donne del posto: il mortaio e il pestello, il tagliere, la mezzaluna, il passaverdure, il tegame di coccio. In più, poco sopra casa, il **tocco magico**: due «fasce», come si chiamano i terrazzamenti della campagna ligure, «prestate» a Grazia da un'amica per farci un orto in cambio di qualche cesto di pomodori, fagiolini, carciofi. Se ne occupa il genero, contribuendo alla rinascita del paesaggio delle Cinque Terre.

Ecco perché questi muscoli ripieni quanto a sapore, consistenza, profumo – io e il fotografo Matteo Carassale ne abbiamo fatto un robusto assaggio – non somigliano a niente di quello che si mangia in giro. «Per non dire di quando, come si usava una volta, ogni conchiglia veniva legata con un refe per vestire da principessa questa Cenerentola del mare».

Un avvertimento: se volete essere guardati con **rispetto** dai liguri, al ristorante non chiedete se hanno le «cozze ripiene». Qui si chiamano «muscoli», con lo stesso orgoglio locale di «peoci» a Venezia e «mòscioli» nelle Marche. ■

Muscoli ripieni all'antica

«Compro due chili e mezzo di muscoli, che vuol dire circa otto conchiglie a testa per quattro persone. Ne scelgo dieci e li faccio aprire con un dito di acqua sul fuoco per aggiungerli al ripieno. Tengo da parte la loro acqua e la filtro con una telina. Preparo il ripieno tritando i muscoli già aperti, un etto e mezzo di mortadella, la mollica strizzata di due michette bagnate nel latte, uno spicchio di aglio, a cui tolgo l'anima, un ciuffo di prezzemolo, uno di maggiorana. Metto tutto in una ciotola con due pugni di Parmigiano Reggiano e due uova, mescolo. Apro le altre cozze con un coltellino nel punto finale delle valve, le farcisco col ripieno e le richiudo. Per il sugo, rosolo nel tegame uno spicchio di aglio e prezzemolo, aggiungo una scatola di pelati passati al passaverdure e l'acqua dei muscoli. Dispongo i muscoli ripieni nel sugo e lascio cuocere piano per venti minuti».

Una volta farciti, i muscoli si mettono a cuocere nel sugo. In alto, pronti sulla tavola, gli ingredienti per il ripieno. Nella pagina accanto, Grazia Andreotti.

COPPIE DI CUORI

CAPESANTE E VERDURE INVERNALI GRATINATE

IL VINO
Il gusto dolce di ortaggi e molluschi è esaltato dalla fragranza del **Valdobbiadene Prosecco Superiore Extra Brut Rive di Refrontolo** di **Santa Margherita**. L'abbiamo scelto per le sue bollicine fini e i profumi di frutti bianchi e di fiori (**15 euro,** ***santamargherita.com***).

Un calice di vino con un piccolo assaggio ben scelto, e tanto amore. Per l'aperitivo più romantico dell'anno

di VALENTINA VERCELLI, ricette JOËLLE NÉDERLANTS, foto RICCARDO LETTIERI, styling BEATRICE PRADA

CARPACCIO DI VITELLO CON FUNGHI CHAMPIGNON

IL VINO
In poco tempo possono accadere grandi cose: a **Pasqua** sono serviti solo **11 Minutes** di contatto con le bucce delle uve corvina, turbiana, syrah e carménère per fare nascere questo rosé avvolgente e complesso, perfetto anche con le carni delicate (*14 euro, pasqua.it*).

IL VINO
La consistenza burrosa della polpa di salmone condita con la salsa fruttata dolce-acida trova il compagno perfetto nel **Franciacorta Satèn** di **Bellavista**, uno Chardonnay con raffinati profumi floreali e agrumati e un gusto di «delicata energia» (**40 euro,** ***bellavistawine.it***).

TARTARE DI SALMONE AL FRUTTO DELLA PASSIONE

Capesante e verdure invernali gratinate

Impegno Facile
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

150 g carote pulite
150 g scorzonera pulita
150 g sedano rapa pulito
30 g pancarré senza bordi
6 capesante pulite
scorza di arancia
prezzemolo tritato
burro – sale

Frullate il pancarré con una generosa grattugiata di arancia, un cucchiaio di prezzemolo tritato e un pizzico di sale.
Tagliate le verdure a bastoncini e rosolatele in 20 g di burro spumeggiante per un paio di minuti, mescolando e regolando di sale.
Tenete da parte le verdure, aggiungete nella padella altri 15 g di burro e rosolatevi le capesante per 30 secondi per lato.
Adagiate le verdure e le capesante nei gusci puliti, cospargete tutto con il trito di pane aromatizzato e infornate in modalità grill per 4-5 minuti, finché il pane non sarà dorato e croccante.

Carpaccio di vitello con funghi champignon

Impegno Facile
Tempo 15 minuti

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

150 g carpaccio di vitello
40 g olio extravergine di oliva
4 funghi champignon
½ costa di sedano
senape
aceto di mele
erba cipollina
sale – pepe

Fate una vinaigrette con l'olio, un cucchiaio di aceto, ½ cucchiaino di senape, un paio di fili di erba cipollina sminuzzati, sale e pepe.
Mondate i funghi e tagliateli a fettine sottilissime.
Adagiate nei piatti il carpaccio e i funghi, condite con la vinaigrette e il sedano tagliato a fettine e servite.

IL VINO
Un rosso per l'aperitivo? Si può fare, a patto che sia leggero e servito fresco (sui 14 °C). Il **Santa Maddalena Classico Huck am Back 2019** di **Cantina Bolzano**, succoso e fruttato, si beve con grande piacevolezza (13 euro, *kellereibozen.com*).

CROSTINI TIEPIDI CON PROSCIUTTO COTTO E RAFANO

Tartare di salmone al frutto della passione

Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

160 g polpa di salmone fresco adatto al consumo crudo
60 g puntarelle già pulite
2 frutti della passione
germogli di ravanello (o altri a piacere)
olio extravergine di oliva
sale in fiocchi
sale fino
pepe rosa

Battete con un coltello il salmone, riducendolo in una tartare.
Ricavate la polpa dei frutti della passione e setacciatela, ottenendone solo il succo; pesate il succo e aggiungete la stessa quantità di olio e un pizzico di sale fino; emulsionate tutto con una forchetta, ottenendo una salsina liquida.
Condite il salmone con metà della salsina e distribuitelo nei piatti; completate con le puntarelle a striscioline e i germogli, sale in fiocchi, pepe e il resto della salsina.

Crostini tiepidi con prosciutto cotto e rafano

Impegno Facile
Tempo 15 minuti

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

4 fette di prosciutto cotto
4 cetriolini in agrodolce
2 fette di pane casareccio
burro salato – rafano fresco (oppure salsa al rafano)

Tagliate i cetriolini a fettine.
Dividete a metà le fette di pane e scaldatele in forno, ottenendo dei crostini; spalmateli con il burro morbido, adagiate una fetta di prosciutto su ciascun crostino, un cetriolino a fettine, completate con una grattugiata di rafano (o la punta di un cucchiaino di salsa) e servite.

IL VINO
Il gusto sfaccettato del piatto, con la dolcezza della zucca, bilanciata dalla sapidità del caviale, si fa ancora più complesso se si accosta un Metodo Classico, come il **Trento Perlé Rosé Riserva 2015** di **Ferrari**; Pinot nero, con un saldo di Chardonnay, affina a lungo sui lieviti e profuma di agrumi, frutta e crosta di pane. È subito amore (**42 euro**, *ferraritrento.com*).

Blini con crema di zucca e caviale

Impegno Medio
Tempo 40 minuti

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

PER I BLINI
- 90 g **latte**
- 65 g **farina**
- 1 **uovo**
- **lievito in polvere per torte salate**
- **burro**
- **sale**

PER LA CREMA DI ZUCCA E IL CAVIALE
- 125 g **polpa di zucca pulita**
- 25 g **panna fresca**
- 10 g **caviale**
- **succo di limone**
- **sale – pepe**

PER I BLINI
Versate la farina in una ciotola, create una fontana, unite il latte nel centro e girate con una frusta; aggiungete, quindi, il tuorlo, un pizzico di sale, una punta di lievito e impastate tutto.
Montate l'albume a neve e incorporatelo delicatamente all'impasto.
Scaldate una padella (ø 22 cm) leggermente unta di burro, depositate 1 cucchiaio di impasto per ciascun blini, cuoceteli a fuoco medio per 2 minuti, voltateli e proseguite la cottura per un altro minuto. Ripetete l'operazione con il resto dell'impasto.

PER LA CREMA DI ZUCCA E IL CAVIALE
Tagliate la zucca a tocchetti e cuocetela a vapore per 20 minuti. Frullatela con un frullatore a immersione con la panna, un pizzico di sale, una macinata di pepe e un cucchiaio di succo di limone. Lasciate raffreddare e distribuitela sui blini, completando con ½ cucchiaino di caviale.

Insalatina di scampi e mele

Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

50 g misticanza
4 grosse code di scampo
mela verde
succo di pompelmo rosa
germogli misti
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Cuocete le code di scampo a vapore per 4 minuti.
Sbucciate uno spicchio di mela verde e tagliatelo a pezzetti piccoli.
Preparate una vinaigrette, mescolando 4 cucchiai di olio, 2 cucchiai di succo di pompelmo e regolando di sale e di pepe.
Distribuite la misticanza, gli scampi e i pezzetti di mela nei piatti, condite con la vinaigrette e servite completando con germogli a piacere.

IL VINO
Delicatezza e morbidezza sono le caratteristiche del bianco adatto ad accompagnare i crostacei al vapore con frutta e verdura. Le trovate nel **Lugana Prestige 2019** di **Ca' Maiol**, insieme a un elegante finale sapido (**12 euro**, *camaiol.it*).

TORNIAMO AL RISTORANTE

Stanley Tucci, star pluripremiata di Hollywood, è autore e protagonista di una nuova serie tv per CNN dedicata alla cucina regionale italiana. Ce la racconta in questa intervista e spiega perché è importante riaprire i locali di ABIGAIL NAPP

Niente cubetti di ghiaccio né bibite ghiacciate, nemmeno birra fresca, né latte per i bambini. Sono queste le prime cose che l'attore americano Stanley Tucci ricorda del suo anno passato a Firenze da adolescente. Ma subito ripensa alla pizza e alla schiacciata che mangiava appena poteva, e alle cene preparate dalla madre attingendo al suo ampio repertorio di ricette americane, calabresi e fiorentine. Verso sera i genitori lo spedivano nella bottega di fronte a casa. «C'era un'enorme botte con un tappo a rubinetto da cui riempivi il tuo fiasco di vino. Era quello che mio padre beveva a cena», racconta.

Al telefono, Tucci è gentile ed elegante, come quando prepara i suoi cocktail nei video social girati dalla moglie Felicity Blunt nella loro casa londinese. L'attore, vincitore di due Golden Globe e tre Emmy Award, parla con voce sicura, tradendo l'accento di New York. Il rispetto e l'entusiasmo per le sue origini italiane portano la conversazione in tante direzioni, dai suoi primi ricordi, quando cercava di capire il nonno che parlava calabrese, fino alla ricerca di ostriche e verdure saporite per rifornire la sua cucina.

Che sia tranquillamente a suo agio o nervosamente indaffarato sulla scena di ristoranti, sale da pranzo e bar, l'ossessione di Tucci per la cucina è evidente in film come *Big Night* (1996) con Isabella Rossellini e Tony Shalhoub, e *Julia & Julia* (2009) al fianco di una Meryl Streep nei panni di una delle cuoche più amate d'America.

L'occasione di questa intervista è il suo ultimo lavoro, *Stanley Tucci: Searching for Italy*, un documentario sul cibo italiano che egli stesso ha proposto alla CNN, e di cui è anche produttore esecutivo. In questa nuova serie, che andrà in onda dal 14 febbraio 2021 sulla CNN, Tucci esplora la cucina regionale italiana. In sei episodi, girati prima e durante la pandemia, viaggia in Toscana, Lombardia, Sicilia, Roma, Emilia-Romagna e Costiera Amalfitana.

«Tanti hanno già fatto un'analisi dettagliata della cucina regionale italiana, ma non mi pare di averla mai vista raccontata tutta in un'unica serie televisiva», afferma. «Uno degli aspetti più affascinanti dell'Italia è la sua posizione geografica, che l'ha esposta nei →

Attore, scrittore, regista e produttore americano, Stanley Tucci, classe 1960, è in uscita con il film *Supernova* e la serie *Searching for Italy*, dal 14 febbraio su CNN (le date per la trasmissione in Europa non sono state ancora definite). A destra e in basso, due scene di *Big Night*, film da lui interpretato e diretto con Campbell Scott nel 1996. Racconta l'impresa di due fratelli italoamericani per salvare il ristorante di famiglia. Sotto, a sinistra, con Anne Hathaway in *Il diavolo veste Prada*, del 2006. Sotto, a destra, con Joe Pesci in *Occhio indiscreto*, noir del 1992.

FOTO GERHARD KASSNER, AG. CONTRASTO, AG. GETTY IMAGES

millenni alle influenze di tanti popoli. E poi il suo clima, così vario dalle Alpi a Lampedusa. Non esistono molti altri Paesi al mondo con una diversità ambientale e culturale così vasta».

Alternando tradizionale e contemporaneo, rurale e cosmopolita, inglese e italiano, nel suo documentario Tucci indaga sui piatti e sulle usanze più familiari e meno conosciute. «In parte, la serie vuole sfatare gli stereotipi, portare chiarezza e mostrare che l'Italia non è sempre e soltanto sole, mare e pomodori».

Nel primo episodio, che si svolge a Firenze dove la famiglia Tucci ha abitato negli anni Settanta, l'attore esplora la cucina povera, e fa il tour delle enoteche fermandosi a una buchetta del vino riaperta di recente (si tratta di piccole aperture nelle mura dei palazzi antichi attraverso le quali nei secoli passati si vendeva il vino), partecipa a una festa della trebbiatura e banchetta con bistecche alla fiorentina in compagnia dei suoi genitori, Stan e Joan. Mangia ribollita, panzanella e altri piatti con pane raffermo, ed elegge a suo preferito il cacciucco, la zuppa dei pescatori livornesi.

In Lombardia, gusta le ricette di famiglia dei Missoni, si infiltra in un classico aperitivo milanese, va a pesca sul lago di Como, incontra un produttore di formaggi alpini e assaggia il Bitto valtellinese, per trovarsi alla fine con la moglie Felicity in un'osteria, ex dopolavoro ferroviario.

A Roma affronta la trinità delle paste laziali (amatriciana, carbonara, cacio e pepe), condivide un pranzo a base di frattaglie con Katie Parla, giornalista gastronomica americana che vive nella capitale, e conosce il proprietario di un bar nel quartiere periferico di Centocelle. Approda poi in Sicilia dallo chef stellato Tony Lo Coco, dalla viticoltrice Arianna Occhipinti e dalla principessa Stefania di Raffadali, a Palermo. Prosegue per l'isola di Lampedusa dove prova le sarde a beccafico, fino all'ultimo appuntamento alle pendici dell'Etna.

Un'esperienza entusiasmante, nonostante la tabella di marcia serrata, a volte fino allo sfinimento. «Parlavo contemporaneamente due lingue, senza conoscere bene nessuna delle due», commenta ironicamente. «E alla fine della giornata, quando mi invitavano a cena, mi chiedevo: ma me la sento veramente di mangiare ancora?».

Tucci non teme l'inevitabile confronto con Anthony Bourdain. In *Cucine segrete*, altra serie della CNN, lo chef scomparso nel 2018 aveva definito uno standard molto alto per questo tipo di programmi. «Amava il cibo, amava la gente. Gli piaceva creare connessioni. Penso che ci abbia lasciato una grande eredità», spiega Tucci, che di Bourdain era amico. «Il suo show è favoloso, perché ha cambiato il modo di interpretare il mangiare. Come hanno fatto anche Julia Child, Keith Floyd e Nigella Lawson».

Dopo trent'anni passati a recitare, dirigere, scrivere, produrre e condividere innumerevoli pasti, anche Tucci si dimostra un narratore gastronomico prolifico. Possiamo rivederlo in *Big Night*, il film che ha diretto a trentasei anni, in cui interpreta Secondo, un giovane ristoratore italiano frustrato, che nel New Jersey serve un sopraffino risotto di pesce a una clientela che invece preferisce le solite *meatballs* italoamericane. Nelle scene di un ristorante di famiglia sull'orlo del fallimento, Tucci mostra brillantemente la tensione tra arte, commercio e cultura, e la pressione sugli immigrati italiani a preparare pasti che riflettono tradizioni culinarie diverse dalle proprie. Prima di girare il film, Tucci si era preparato trascorrendo diciotto mesi con lo chef Gianni Scappin a Le Madri, uno dei primi ristoranti toscani di Manhattan, chiuso dal 2005. Ha studiato ogni gesto, dal girare la frittata al ritmo di un coltello che affetta uno spicchio di aglio. (Nel 1999, i genitori di Tucci hanno pubblicato con lo chef Gianni Scappin un libro con piatti tratti dal ricettario di famiglia e dal film). Dopo

A sinistra, Stanley Tucci in Campania con Enzo Coccia, maestro pizzaiolo di fama mondiale e difensore dell'autentica pizza napoletana. Sotto, un tegame di cacciucco alla livornese in una trattoria toscana. Nella pagina accanto, Tucci in Emilia-Romagna alle prese con le tagliatelle.

FOTO COURTESY OF RAW/CNN

«Non importa se lo chef ha preparato quel piatto migliaia di volte... Deve riuscire a farlo sempre alla perfezione, in ogni circostanza: è la cosa più difficile e allo stesso tempo più stimolante di questa professione»

STANLEY TUCCI

quella prima esperienza, la serie sull'Italia ha offerto a Tucci nuove gioie culinarie, come gli incontri con gli chef Tony Lo Coco, Sarah Cicolini e Fabio Picchi.

«Devi capire quando è il momento di toglierti di mezzo», spiega con una reverenza che riconosce la complessità del lavoro in un ristorante. «Ed essere rispettoso, capire quello che stanno facendo. È come salire sul palcoscenico mentre si sta svolgendo uno spettacolo».

Anche dopo una vita passata a esplorare la gastronomia italiana, Tucci non riesce a scegliere un piatto che lo emozioni più di altri. Né a dare per scontati una ricetta o uno chef, né a prediligere un singolo ingrediente, tra i tanti disponibili. Ristoranti, cuochi e cucine di famiglia sono ben più dei pasti che preparano. Le ricette sono ben più di un genere culinario. La cucina non è semplice cibo: rappresenta la memoria dei nostri antenati.

Nel 2012 Tucci completa *The Tucci Cookbook* con le ricette di famiglia e tante foto di pizzate all'aperto e di preparazione della tavola: è il suo primo libro di cucina, che ha realizzato con il contributo di Gianni Scappin, dei suoi genitori e della scrittrice Mimi Taft. Nel 2020, con la moglie Felicity, sorella dell'attrice Emily Blunt, scrive *The Tucci Table: Cooking With Family and Friends*, un altro libro sulle tradizioni delle rispettive famiglie, un mix di cucina inglese, italiana e americana, che include anche qualche ricetta dei loro figli. Non è finita: nel 2021 è prevista la pubblicazione di *Taste: My Life Through Food*, una sorta di autobiografia culinaria. Per Stanley Tucci, la cucina è una musa e la metafora perfetta per rievocare tutto quello che gli è successo nella vita.

A casa, Tucci è meticoloso quando si mette ai fornelli. Ama mangiare in compagnia, e quando è possibile, si siede a tavola con Felicity e i loro cinque figli. Adora i tuberi e ha un debole per la nuova varietà di zucca chiamata Crown Prince. Cucina con due tipi di olio extravergine di oliva italiani, fatti arrivare da Orvieto e perfino dal Piemonte, e ha sempre in dispensa le conserve di pomodori San Marzano. Ama viziarsi con tartufo bianco, scampi e bottarga. Di recente, ha cucinato una pasta ai porcini su Zoom per la festa virtuale di fine anno dell'ufficio di Felicity. Ciò nonostante, a Tucci mancano i ristoranti. Ricorda bene la cena fuori dopo il primo lockdown al leggendario River Café a Londra, e tutti i suoi altri posti preferiti.

Alla domanda sulla possibilità che la nuova serie tv offrirà ai ristoranti italiani la loro «*big night*», dopo la chiusura prolungata per la pandemia, Stanley ride. «Suppongo di sì, in un certo senso», dice interrompendosi un momento per riflettere. «È semplicemente un modo di mostrare quanto duramente lavorano, e quanto sono necessari. Di questo si tratta. Necessari lo sono per diversi motivi». Spiega che non ha importanza il luogo in sé: «Ciò che conta è stare insieme a tavola. Potrebbe essere in un ristorante stellato, in un pub, o in una trattoria: quando le persone si radunano, nascono amicizie, si scambiano emozioni e idee, tutto migliora. In un mondo senza ristoranti, finiremmo per chiuderci in noi stessi». ■

PER PASTIFICIO RANA

UN DOLCE PER LA MIA AMICA

Claudia Pierandrei, ventiquattro anni, si è aggiudicata il contest #IlLatoDolceDiRana di *La Cucina Italiana* con il Pastificio Rana. La sfida consisteva nel preparare un dessert «bello e buono» usando i Ravioli dolci con cioccolato Rana più altri ingredienti, e condividerne la foto su Instagram. Cosa che Claudia già faceva abitualmente sul suo profilo @pereecioccolato_. «Fin da piccola cucinavo per ore con le mie nonne», racconta. «Durante il lockdown ho iniziato a preparare dolci a gogo, per la famiglia, gli amici, i vicini». Il contest è stata invece l'occasione per dimostrare le sue **doti di pasticciera** a un pubblico più ampio, con una ricetta elegante. Ha fritto i ravioli dolci, li ha abbinati a «madeleine» di melagrana per aggiungere una punta di acido, e ha conquistato la redazione. «Dedico questo dolce alla mia amica di sempre, che mi supporta con gioia anche negli esperimenti culinari», conclude Claudia. Come premio, avrebbe dovuto eseguire la ricetta al Pastificio Rana, ma la situazione attuale non lo consente, quindi il dessert è stato replicato e fotografato nella nostra cucina di redazione. ● **WWW.GIOVANNIRANA.IT**

RAVIOLI CON CIOCCOLATO E CREMOSO ALLA MELAGRANA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 confezione di Ravioli dolci con cioccolato Rana
35 g panna fresca
30 g burro
25 g zucchero semolato
15 g zucchero a velo
1,5 g gelatina in fogli
2 melagrane
1 tuorlo
biscotti al cacao
torrone

Frullate in un mixer i chicchi di 1 melagrana con 10 g di panna fino a ottenere una purea.
Montate leggermente, con una frusta, il tuorlo con lo zucchero a velo in una ciotola.
In un'altra ciotola mettete la gelatina a mollo in acqua fredda.
Scaldate la purea con la panna restante e aggiungete il tuorlo montato.
Togliete dal fuoco prima che raggiunga il bollore e aggiungete la gelatina strizzata, mescolando bene. Lasciate raffreddare leggermente e aggiungete il burro a temperatura ambiente.
Mescolate fino a quando il composto non sarà amalgamato in modo uniforme.
Lasciate intiepidire, quindi versate il cremoso ottenuto nello stampo delle madeleine e mettetelo nel congelatore per almeno 12 ore.
Preparate la salsa per il condimento: sgranate la seconda melagrana; raccogliete i chicchi in una padella con lo zucchero semolato e cuocete a fuoco dolce fino a quando non si sarà formato uno sciroppo.
Frullate e passate la salsa al setaccio, aiutandovi con un cucchiaino, raccogliendola in una ciotolina di portata.
Friggete i ravioli in abbondante olio di arachide a 180 °C per 1 minuto, finché la superficie non sarà croccante. Scolateli su carta da cucina.
Sbriciolate il torrone e i biscotti al cacao e distribuiteli in un piatto di portata.
Togliete dal congelatore le madeleine, sformatele e adagiatele sul letto di torrone e biscotti. Quando i ravioli si sono raffreddati, cospargeteli con un po' di zucchero a velo e appoggiatene uno su ogni madeleine.
Per rifinire, aggiungete la salsa e qualche chicco di melagrana.

Novità per un dessert rapidissimo, i Ravioli dolci con cioccolato Rana sono pronti in pochi minuti: saltati in padella o fritti si possono condire, secondo fantasia, con frutta fresca e candita, creme e panna montata, spezie e zuccherini. Il risultato è goloso e inaspettato. Non solo, i ravioli fanno anche del bene: per ogni confezione acquistata, il Pastificio Rana dona due prodotti freschi della sua linea a Banco Alimentare. Ma il tempo sta per scadere: è un prodotto in edizione limitata e lo trovate in vendita solo fino a fine febbraio 2021.

EDIZIONE LIMITATA
Giovanni Rana
RANA
RAVIOLI DOLCI con Cioccolato
Il dessert che non ti aspetti!
4 porzioni

In cucina questo mese

ricettario
di febbraio

IL MENSILE DI GASTRONOMIA
LA CUCINA ITALIANA
PREPARATO E ASSAGGIATO
CON LA CUCINA IN REDAZIONE

Le misure a portata di mano

Semplificate il lavoro in cucina: eliminate la bilancia e dosate liquidi e ingredienti in polvere con tazze, bicchieri e cucchiai. Guardate la nostra tabella **a pag. 119**

ricette **DAVIDE BROVELLI, JOËLLE NÉDERLANTS, GIOVANNI ROTA**
testi **LAURA FORTI, ANGELA ODONE, VALENTINA VERCELLI**
foto **RICCARDO LETTIERI**
styling **BEATRICE PRADA**

COME IN TRATTORIA

Cosa vi porto?

Con questo ricettario vi invitiamo a gustare la cucina delle trattorie d'Italia. Preparate il pranzo insieme con noi e poi mettetevi comodi

Non sentite nell'aria quel profumo confortevole che si respira quando, in una gita fuori porta, ci si ferma in trattoria per mangiare un boccone? Lo sappiamo che per ora è solamente un desiderio e che dovremo avere ancora un po' di pazienza per realizzarlo. Nell'attesa, abbiamo preparato per voi, con i nostri cuochi, una serie di piatti semplici e gustosi, attingendo al patrimonio delle nostre trattorie. Un altro modo per assaporare la libertà che tutti tanto attendiamo. Stendete sulla tavola una bella tovaglia a quadretti, stappate una bottiglia di vino sincero e godetevi le nostre ricette. A.O.

I nostri cuochi

DAVIDE BROVELLI

Figlio d'arte, viene da una famiglia che lavora nella ristorazione da 180 anni. Cucina tutto con grande eleganza, ma ha una preferenza per gli ingredienti del Lago Maggiore, dove si trova il suo ristorante. Corroboratevi con il rostin negàa, tra i suoi classici lombardi più riusciti.

JOËLLE NÉDERLANTS

È la responsabile della nostra cucina, e mano destra dei cuochi ospiti. Specialista del cioccolato, reinventa nei suoi dolci ricette contemporanee e tradizionali. Da provare senz'altro la torta di pere e le pappardelle con il polpo.

GIOVANNI ROTA

Tecnico e riflessivo, è un cuoco esperto e un formidabile organizzatore: dopo le sue esperienze in tutti gli ambiti della ristorazione, oggi è l'executive chef della nostra Scuola. Apre lui, con le appetitose bruschette di queste pagine.

Piccole bruschette con burrata

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Facile
Tempo 20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 250 g **burrata**
- 200 g **puntarelle mondate**
- 4 **filetti di acciuga sott'olio**
- 4 **fette di pane casareccio alte 1 cm**
- 1 **arancia non trattata**
- **finocchietto**
- **peperoncino fresco**
- **olio extravergine di oliva**
- **pepe**

Scaldate un filo di olio con i filetti di acciuga e 1 piccolo peperoncino tagliato a pezzetti, cuocendo finché l'acciuga non si sarà sciolta.

Tagliate le puntarelle a fettine sottili, mettetele a bagno in acqua fredda per 10 minuti, scolatele e conditele con l'olio alle acciughe.
Tostate il pane in padella con un filo di olio per circa 2-3 minuti per lato.
Dividete la burrata in 4 porzioni e ponetele sulle fette di pane.
Disponete le puntarelle sulla burrata, sulle fette di pane e completate con la scorza grattugiata di ½ arancia, finocchietto e un po' di pepe.

Lavarello in carpione

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti più 12 ore di riposo
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **500 g vino bianco secco**
- **500 g aceto di vino**
- **100 g cipolla bionda mondata**
- **100 g carota mondata**
- **100 g sedano mondato**
- **100 g zucchina mondata**
- **100 g peperoni rossi e gialli mondati**
- **4 lavarelli**
- **2 spicchi di aglio**
- **2 chiodi di garofano**
- **2 foglie di alloro**
- **1 rametto di timo**
- **miele**
- **sale**
- **pepe in grani**

Tagliate tutte le verdure a listerelle sottili.
Portate a ebollizione 500 g di acqua con il vino e l'aceto, poi unite le verdure, una presa di sale, unite qualche grano di pepe pestato, gli altri aromi e 2 cucchiai di miele.
Cuocetele per un paio di minuti dalla ripresa del bollore, in modo che rimangano abbastanza croccanti. Fate raffreddare separatamente le verdure e il liquido di cottura, poi rimetteteli insieme.
Pulite e sfilettate i lavarelli, arrotolateli così da ottenere degli involtini da chiudere con uno stecchino. Cuoceteli a vapore per 10-12 minuti.
Disponete gli involtini in una pirofila, copriteli con le verdure e il loro liquido e lasciate insaporire al fresco per una notte prima di servire.

Nervetti in insalata

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Medio
Tempo 3 ore
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **3 zampetti di vitello**
- **3 cipollotti**
- **1 carota**
- **1 costa di sedano**
- **aceto di vino bianco**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale**
- **pepe**

Pulite molto bene gli zampetti bruciacchiando la peluria e poi raschiandoli e lavandoli con cura.
Portate sul fuoco una pentola con abbondante acqua salata, unite la carota e il sedano e al bollore unite gli zampetti. Cuocete per 2-3 ore: le cartilagini dovranno risultare molto tenere.
Scolate gli zampetti dal brodo e lasciateli intiepidire, poi staccate dagli ossi tutte le parti cartilaginose, tagliatele a listerelle e raccoglietele in una ciotola.
Unite i cipollotti affettati, salate, pepate e condite con olio e aceto.

primi

!

La passata di pomodoro lasciata asciugare dolcemente sul fuoco finché non comincia a caramellarsi acquista un sapore profondo e sfaccettato, «totale», in cui si mescolano sapidità e dolcezza.

Pappardelle con il polpo al vino

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 20 minuti
più 40 minuti di raffreddamento

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

PER LA PASTA
250 g farina 00
70 g semola rimacinata di grano duro
3 uova – 1 tuorlo
PER IL SUGO
1 kg polpo già pulito
300 g vino rosso
150 g passata di pomodoro
20 g semi di finocchio
1 foglia di alloro
1 ciuffo di finocchietto
Pecorino Romano Dop
olio extravergine di oliva
sale

PER LA PASTA
Impastate gli ingredienti fino a ottenere una pasta soda, avvolgetela nella pellicola e lasciatela riposare in frigo per 30 minuti.
Stendetela quindi in sfoglie abbastanza sottili, circa 2 mm, e ritagliatevi con una rotella tagliapasta ondulata delle strisce larghe almeno 2 cm ottenendo le pappardelle.
PER IL SUGO
Sciacquate il polpo e mettetelo nella casseruola con il vino, l'alloro, ricopritelo di acqua e lessatelo per 35-40 minuti dal bollore. Spegnete e lasciate raffreddare il polpo nell'acqua di cottura. Una volta freddo, scolatelo e tagliatelo in tocchetti non troppo piccoli.
Raccogliete la passata di pomodoro in una padella velata di olio e fatela ridurre sulla fiamma per qualche minuto; quando inizia quasi a caramellarsi, unite 300 g di acqua di cottura del polpo e il polpo a tocchetti. Salate e profumate con i semi di finocchio pestati. Cuocete per altri 5-6 minuti.
Lessate le pappardelle in abbondante acqua bollente salata, scolatele direttamente nella padella del sugo e aggiustate di sale, se serve.
Servite completando ciascun piatto con una grattugiata generosa di pecorino e qualche ciuffo di finocchietto. A piacere insaporite con una macinata di pepe.

Zuppa di finocchi e verza con speck

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Tempo 50 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

460 g finocchio pulito
400 g verza pulita
200 g patate
60 g pane casareccio integrale
40 g speck – 40 g burro
1 porro
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Tenete da parte alcune foglie di verza, scegliendole tra le più tenere, e qualche rondella di porro; tritate il resto del porro.
Sminuzzate tutto il resto delle verdure e raccoglietele in una ciotola.
Rosolate il porro tritato in casseruola con un filo di olio per 2 minuti; unite le verdure sminuzzate, fatele insaporire, quindi aggiungete 1 litro di acqua e una presa di sale. Cuocete per circa 25 minuti, a fuoco medio-basso, poi frullate la zuppa e mantecatela con il burro, regolando di sale e di pepe.
Rosolate in una padella le foglie di verza e le rondelle di porro tenute da parte con un filo di olio, saltandole per un paio di minuti.
Tagliate il pane a dadini e tostatelo in una padella con una noce di burro per un paio di minuti.
Servite la zuppa con i dadini di pane tostato e le verdure saltate in padella, completando con lo speck tagliato a striscioline.

Fregola, salsiccia e funghi

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Facile
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

200 g fregola media
150 g salsiccia fresca
100 g funghi porcini surgelati
100 g cardoncelli freschi
30 g concentrato di pomodoro
vino bianco secco
pecorino grattugiato
olio extravergine di oliva
timo – aglio – sale

Sgranate la salsiccia e rosolatela in una padella con un filo di olio, 1 spicchio di aglio e un po' di timo.
Togliete la salsiccia dalla padella e unite i funghi, cuoceteli per 2-3 minuti e rimuovete anch'essi.
Eliminate timo e aglio e il grasso in eccesso e aggiungete nella stessa padella la fregola. Tostatela per 1 minuto, quindi sfumatela con uno spruzzo di vino bianco.
Cuocetela con acqua leggermente salata, aggiungendone poca per volta come per un risotto, in circa 15 minuti.
Unite, a fine cottura, il concentrato e 1 cucchiaiata di pecorino. Mantecate unendo parte dei funghi con la salsiccia e servite completando con il resto.

Parmigiana di carciofi

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 10 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

500 g passata di pomodoro
250 g provola dolce
50 g Parmigiano Reggiano Dop
8 carciofi
2 uova – 1 cipolla dorata
farina – basilico – limone
olio extravergine di oliva
olio di arachide – sale

Pulite i carciofi e tagliateli a fettine di circa 3 mm di spessore; immergeteli via via in una citola di acqua acidulata con il succo di ½ limone.
Tritate la cipolla e rosolatela in una padella con un filo di olio extravergine; unite la passata e cuocete per 10-15 minuti; insaporite con qualche foglia di basilico e una presa di sale.
Tagliate la provola a dadini e grattugiate il parmigiano.
Scolate i carciofi, asciugateli, infarinateli, e passateli nelle uova sbattute; friggeteli nell'olio di arachide ben caldo (170 °C) per 3-4 minuti; asciugate i carciofi su carta da cucina e salateli poco.
Disponete in una teglia da lasagna gli ingredienti a strati: prima la salsa di pomodoro, poi i carciofi, la provola a dadini e 1 cucchiaio di parmigiano grattugiato. Ripetete l'operazione fino a terminare gli ingredienti.
Infornate a 180 °C per 20-25 minuti.

Risotto al salto con fonduta

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 10 minuti
più 12 ore di raffreddamento
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1,5 litri brodo di gallina
300 g Fontina Dop
300 g riso Carnaroli
200 g vino bianco secco
100 g Grana Padano Dop
70 g latte
1 scalogno
1 tuorlo
olio extravergine di oliva
burro – sale

Portate a ebollizione il brodo, togliete dal fuoco e mantenetelo in caldo.
Tritate lo scalogno e fatelo appassire con un velo di olio e una noce di burro, poi bagnate con metà del vino bianco.
Unite il riso e mescolatelo ininterrottamente per 5 minuti, finché non diventerà traslucido, bagnatelo quindi con il vino bianco rimasto. Aggiustate di sale, se serve.
Lasciate che il riso assorba tutto il liquido, copritelo con il brodo caldo, riducete la fiamma e fate sobbollire dolcemente, senza smettere di mescolare.
Mantecate un paio di minuti prima che sia cotto con 30 g di burro e con il grana grattugiato.
Trasferite il risotto su una placca, allargatelo e lasciatelo intiepidire. Quindi unite il tuorlo perché «leghi» meglio e fatelo raffreddare per una notte in frigorifero.
Sciogliete a bagnomaria la fontina a tocchetti con il latte senza che raggiunga mai il bollore e mescolando continuamente.
Distribuite il riso in una padella antiaderente con una noce di burro dandogli la forma di una frittata; compattatelo e rosolatelo in modo che si formi una crosticina dorata.
Voltate il riso su un piatto di portata e accompagnatelo con la fonduta.
Completate a piacere con tartufo grattugiato.

Anguilla in umido

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Medio
Tempo 1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g filetti di anguilla (1 kg da pulire)
500 g vino rosso
40 g burro
40 g olio extravergine di oliva
2-3 pomodori pelati
trito aromatico (1 cipolla, 1 carota, 1 gambo di sedano)
funghi secchi
erbe aromatiche miste (timo, alloro, salvia, prezzemolo)
farina 00 – sale – pepe

Lavate con cura l'anguilla, asciugatela con carta da cucina e tagliatela in tocchi di 6-7 cm di lunghezza; salateli, pepateli e infarinateli.
Ammollate in acqua tiepida 1 cucchiaio di funghi secchi, quindi strizzateli e tritateli.
Rosolate il trito aromatico in una casseruola con il burro e l'olio, unite l'anguilla e fatela dorare.
Private i pelati dei semi e spezzettateli non troppo finemente.
Aggiungete i funghi secchi tritati, le erbe aromatiche legate a mazzetto e i pelati a pezzetti.
Cuocete per 5 minuti, poi bagnate con il vino.
Proseguite la cottura per circa 15 minuti, infine togliete dal fuoco e servite a piacere con fette di pane casareccio tostate.

Seppie e polenta

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Facile
Tempo 1 ora e 10 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g seppie pulite
200 g farina di mais bianco
130 g passata di pomodoro
20 g foglie di prezzemolo
aglio – vino bianco
alloro
olio extravergine di oliva
sale

Portate a bollore 1 litro di acqua con 10 g di sale e 1 foglia di alloro.
Versate la farina fuori del fuoco, mescolate con una frusta e riportate sul fuoco. Cuocete per circa 50 minuti.
Tagliate le seppie a striscioline e rosolatele in una padella con un filo di olio e 1 spicchio di aglio schiacciato.
Sfumate con 1 bicchiere di vino bianco, unite la passata, abbassate la fiamma e cuocete per 15-20 minuti.
Frullate il prezzemolo con 40 g di olio.
Servite la polenta con le seppie, completando con il loro sugo e l'olio al prezzemolo.

Alici «scattiate»

Cuoca Elisabetta Cariati. Titolare dell'osteria L'Aquila d'Oro di Cirò, nel Crotonese, ci offre un saporito esempio della sua cucina, fatta di piatti calabresi semplici e molto curati.
Impegno Medio
Tempo 1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg alici
200 g olio extravergine di oliva
50 g aceto
1 foglia di alloro
1 spicchio di aglio – sale
pepe rosso (peperoncino dolce in polvere) – origano secco

Pulite le alici: staccate la testa, apritele a libro ed evisceratele. Lavatele sotto l'acqua corrente e asciugatele un poco con carta da cucina.
Raccogliete l'olio in una casseruola con lo spicchio di aglio. Non appena inizierà a soffriggere, aggiungete le alici e lasciatele dorare bene da entrambi i lati.
Aggiungete la foglia di alloro, una spolverata di origano e una generosa presa di pepe rosso, cioè quello che serve affinché le alici diventino di un bel colore.
Alzate la fiamma e bagnate con l'aceto. Dopo un paio di minuti spegnete la fiamma, aggiustate di sale, se serve, e servite subito, ben caldo.
Da sapere Il cosiddetto pepe rosso è una spezia tipica della Calabria usata per arricchire moltissimi piatti di questa regione. Si ricava da un peperoncino rosso dolce che, dopo essere stato essiccato (tradizionalmente al sole, appeso in lunghe trecce), viene macinato fino a ottenere una polvere sottilissima.

Flan di cipolle e provola

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Medio
Tempo 1 ora
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

400 g cipolle rosse
250 g provolone
3 uova
1 pasta brisée stesa rotonda
olio extravergine di oliva
aceto – sale

Mondate le cipolle e dividetele in falde; raccoglietele in una ciotola e conditele con una spruzzata di aceto, mescolando bene; lasciate riposare per 10-15 minuti.
Foderate uno stampo rotondo da crostata (ø 22 cm) con la pasta brisée.
Tagliate a cubetti il provolone e sbattete le uova.
Scolate le cipolle dall'aceto e saltatele in una padella a fuoco vivo con un filo di olio e un pizzico di sale per 2 minuti.
Distribuite le cipolle nello stampo rivestito con la pasta e infornate a 170 °C, in forno statico, per 15 minuti.
Sfornate, distribuite sul flan il provolone a cubetti e ricoprite tutto con le uova sbattute; infornate di nuovo e cuocete per altri 20 minuti a 170 °C.
Da sapere Se volete preparare la pasta brisée, impastate 250 g di farina 00 con 120 g di burro freddo, finché non otterrete un composto di briciole; unite 30 g di acqua e una presa di sale e lavorate l'impasto, fino a renderlo omogeneo. Modellatelo a forma di panetto, copritelo e ponetelo a riposare in frigorifero per 30 minuti.

Insalata invernale

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Facile
Tempo 30 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **100 g cavolo cappuccio viola**
- **100 g cavolo cappuccio verde**
- **40 g arachidi tostate salate**
- **20 g aceto di mele**
- **1 finocchio**
- **1 mela verde**
- **1 mela rossa piccola**
- **olio extravergine di oliva**
- **cerfoglio – sale – pepe**

Mondate il cavolo cappuccio verde e quello viola e tagliateli a striscioline.
Lavate bene le mele e il finocchio e tagliate tutto a fettine sottili.
Preparate una vinaigrette con l'aceto di mele, 40 g di olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe.
Disponete la verdura e la frutta in un piatto di portata, condite con la vinaigrette e completate con le arachidi e il cerfoglio.

Sformatini di cardi

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **500 g latte**
- **400 g cardi**
- **150 g carote pulite**
- **150 g sedano rapa pulito**
- **30 g foglioline di bieta**
- **3 uova**
- **limone – burro**
- **farina 00**
- **sale – pepe**

Mondate i cardi, ottenendone circa 300 g; tagliateli a lamelle e immergeteli via via in una ciotola con acqua acidulata con il succo di ½ limone.
Scolateli, tamponateli con carta da cucina e infarinateli leggermente.
Lessate i cardi in una casseruola con il latte e 500 g di acqua per circa 30 minuti.
Scolateli con un mestolo forato e conservate il liquido di cottura.
Raccogliete i cardi in una ciotola, unite 50 g del loro liquido di cottura, le uova sbattute, un pizzico di sale e una macinata di pepe, quindi frullate tutto.
Dividete il composto in 4 stampini usa e getta da budino, precedentemente imburrati, e cuocete in forno, a bagnomaria, a 160 °C, per circa 30 minuti.
Condite le foglioline di bieta con un pizzico di sale.
Sfornate gli sformatini, liberateli dagli stampi e serviteli con le carote e il sedano rapa tagliati a listerelle, completando con le foglioline di bieta.

Rostin negàa

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 40 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

800 g 2 nodini di vitello
400 g patate novelle
1 spicchio di aglio
salvia – rosmarino
olio extravergine di oliva
burro – sale

Lavate molto bene le patate novelle e doratele in padella con l'aglio, il rosmarino e 2-3 cucchiai di olio sulla fiamma vivace per 5-6 minuti. Terminate la cottura in forno per 20 minuti a 180 °C. Salate alla fine.
Rosolate a fuoco vivo ogni nodino per 4 minuti per lato in una casseruola con burro spumeggiante e salvia.
Accomodateli su una placca e finite di cuocerli in forno per altri 4-5 minuti a 200 °C. Salate alla fine.
Servite i rostin negàa con le patate novelle.

Braciole al lardo

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Medio
Tempo 35 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

900 g 2 braciole di maiale
500 g polpa di zucca violina
80 g lardo
20 g scalogno
rosmarino
burro – farina 00
olio extravergine di oliva
vino bianco secco
sale

Affettate lo scalogno e tagliate la zucca a tocchi. Cuocetela in padella con lo scalogno, 1 rametto di rosmarino e un filo di olio, per una decina di minuti. A fine cottura, sfumate con uno spruzzo di vino bianco e salate.
Tritate il lardo con un pizzico di sale e 5 g di rosmarino, lavorandolo con il coltello fino a ottenere un battuto tipo pomata.
Incidete le braciole nello spessore in modo da creare una tasca e farcitele con il battuto di lardo.
Premete con il dorso del coltello sul contorno delle braciole, sigillando i bordi intorno al ripieno.
Infarinate le braciole e rosolatele in una padella con burro abbondante, per 2 minuti su un lato e 2 minuti sull'altro. Terminate la cottura in forno a 180 °C in circa 4-5 minuti.
Servite le braciole con la zucca.

Oca arrosto con le mele

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Per esperti
Tempo 4 ore

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

1,5 kg oca già pulita con il fegato a parte
1 kg mele Renette o Granny Smith
100 g olio extravergine di oliva
30 g burro
2 limoni
chiodi di garofano
cannella in stecca
sale – pepe

Tagliate l'oca a pezzi (o fatela tagliare al vostro macellaio), conservando il fegato a parte.
Fate sciogliere il burro con l'olio in una casseruola di grandi dimensioni. Aggiungete i pezzi di oca, salate, pepate e coprite con il coperchio.
Riducete la fiamma e cuocete l'oca a fuoco lento per circa 2 ore, seguendo la cottura con molta attenzione (bagnate con un goccio di acqua o di brodo, se serve).
Affettate finemente le mele e irroratele con il succo dei 2 limoni.
Trasferite l'oca, quando sarà quasi cotta, su una gratella lasciandone scolare il grasso, poi tenetela in caldo.
Liberate la casseruola da tutto il grasso della cottura, rimettetela sul fuoco, accomodatevi le mele con il succo di limone, salatele, pepatele e rosolatele delicatamente, profumando con un pezzetto di cannella e 1 chiodo di garofano. Quando gli zuccheri della mela cominceranno a caramellarsi, unite nuovamente l'oca e il fegato.
Coprite e cuocete sulla fiamma al minimo ancora per 20-30 minuti.
Frullate in salsa una parte delle mele e il fegato.
Servite l'oca con la salsa e il resto delle mele.
Da sapere Il grasso dell'oca è ottimo per cotture particolarmente saporite. Conservatelo così: filtratelo attraverso un colino foderato di garza o di carta da cucina, raccoglietelo in un barattolo di vetro a chiusura ermetica e tenetelo in frigorifero per non più di 10 giorni. Provatelo, per esempio, per rosolare cubetti di pane raffermo, da aggiungere a insalate di verdure invernali con frutta secca o in vellutate e minestre.

!

Le carni dell'oca, anche dopo una lunga cottura, conservano una consistenza piuttosto tenace, tipica dei volatili ruspanti; per contro, sono un'alternativa al tacchino e al cappone decisamente più gustosa.

!

Nella preparazione di questa pasta, utilizzate acqua e burro molto freddi e amalgamate il burro in maniera grossolana: una volta cotta, la torta tenderà a spezzarsi ma sarà friabilissima e molto fragrante.

Torta rustica di pere

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 45 minuti
più 1 ora di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

PER LA PASTA
150 g burro salato
100 g farina 00
80 g farina di farro
30 g zucchero
sale
PER LA TORTA
700 g vino rosso secco
150 g zucchero
50 g nocciole pelate
40 g biscotti secchi speziati
5 pere Williams piccole e sode
2 chiodi di garofano
2 scorze di limone
1 tuorlo – latte
cannella – zenzero fresco

PER LA PASTA
Impastate le farine con il burro salato ben freddo, lo zucchero e una presa di sale; unite 5 cucchiai di acqua fredda e lavorate il composto, finché non otterrete un panetto liscio e omogeneo. Copritelo e lasciatelo riposare in frigorifero per 1 ora.
PER LA TORTA
Portate a bollore il vino rosso con lo zucchero, i chiodi di garofano, un pezzetto di cannella, un pezzetto di zenzero e le scorze di limone.
Sbucciate le pere, tagliatele a metà, eliminate il torsolo e tuffatele nello sciroppo di vino bollente; cuocetele per 30-35 minuti, spegnete e lasciate raffreddare le pere nello sciroppo.
Stendete la pasta su un foglio di carta da forno leggermente infarinato, formando un disco rotondo.
Distribuite nel centro del disco i biscotti sbriciolati (servono per mantenere la pasta più asciutta e friabile) e 40 g di nocciole spezzettate, lasciando un bordo di circa 5 cm. Disponete 7 mezze pere sui biscotti e le nocciole; ripiegate il bordo sopra le pere e spennellatelo con il tuorlo sbattuto con 1 cucchiaio di latte.
Infornate la torta a 180 °C per 30 minuti.
Riducete sul fuoco il liquido di cottura delle pere, finché non avrà una consistenza sciropposa.
Sfornate la torta e completatela con le mezze pere rimaste, lucidate con lo sciroppo, e il resto delle nocciole.

Dolce sabbioso

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Tempo 1 ora 30 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

230 g fecola di patate
200 g zucchero
170 g burro morbido – sale
120 g farina di mandorle
4 uova – 1 arancia non trattata

Montate le uova con lo zucchero e un pizzico di sale fino a che non saranno bianche e spumose
Mescolate il burro con la fecola ottenendo una massa omogenea.
Unitelo a fiocchi alle uova montate, un po' alla volta, per non smontarle: usate la frusta a velocità ridotta.
Incorporate la farina di mandorle e la scorza grattugiata dell'arancia mescolando con una spatola.
Versate il composto in uno stampo a cerniera (ø 22 cm) foderato sul fondo con un disco di carta da forno.
Infornate a 170 °C per 40-45 minuti nel forno ventilato controllando la cottura con uno stecco.
Sfornate il dolce, fate intiepidire, poi sformate. Servite a piacere bagnando le fette con grappa oppure accompagnando con 250 g di mascarpone mescolato con 40 g di zucchero a velo, con 2 cucchiai di caramello cremoso pronto e granella di mandorle caramellata.

Montebianco

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 20 minuti
più 2 ore di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

PER I DOLCETTI
300 g panna fresca
70 g zucchero a velo
6 meringhette – 6 marron glacé
2 dischi di pan di Spagna
½ baccello di vaniglia – rum
PER LA PUREA
700 g castagne lessate e pelate
400 g latte
150 g zucchero
150 g confettura di marroni
100 g panna fresca
30 g rum – 15 g cacao
½ baccello di vaniglia

PER I DOLCETTI
Montate la panna con lo zucchero a velo e i semi della vaniglia, finché non diventerà abbastanza soda. **Ritagliate** nel pan di Spagna 6 dischi (ø 3 cm) e altri 6 dischetti (ø 7 cm); spennellateli con il rum. Disponete i più piccoli in uno stampo in silicone multiplo con 6 semisfere (ø 8 cm); riempite fino a metà con la panna montata, coprite con i dischetti grandi, colmate con la panna rimasta; terminate con uno strato di meringhette sbriciolate. **Riponete** in freezer per almeno 2 ore.
PER LA PUREA
Cuocete latte e panna con le castagne, a fuoco basso, per 25-30 minuti, mescolando ogni tanto, finché le castagne non saranno quasi disfatte e il liquido ridotto in crema. Tenete da parte le castagne, sciogliete nella crema lo zucchero, poi frullate con le castagne, il rum, il cacao, i semi di vaniglia e la confettura di marroni. Passate la purea in uno schiacciapatate. **Tirate** fuori dal freezer i dolcetti 30 minuti prima di servirli; sformateli nei piatti, schiacciatevi sopra la purea, ricoprendoli. Completate a piacere. con altri marron glacé e meringhette.

PER CANTINA BOLZANO

DELICATO
SANTA MADDALENA

Ci sono vini di tradizione antica eppure modernissimi, come il Santa Maddalena Classico Moar di Cantina Bolzano, fondata nel 1908. Nasce da vecchie vigne di Schiava e Lagrein, sulla soleggiata collina di Santa Maddalena, alle porte della città. Con l'affinamento in grandi botti di rovere esalta i suoi profumi di ciliegia, violetta e marzapane; vellutato, pieno e persistente, è un moderno e versatile compagno in tavola. Fresco ed elegante, si trova a suo agio con le ricette tipiche regionali, come questi canederli, e con i taglieri di speck. Ma è da provare anche con alcuni grandi classici della cucina italiana, come la pasta al forno e la pizza, e perfino con il pesce di acqua dolce o di mare. Servitelo fresco, tra i 14-15 °C, e non abbiate paura di lasciarlo invecchiare nella vostra cantina: dopo qualche anno vi meraviglierà.

● **WWW.KELLEREIBOZEN.COM**

L'enologo Stephan Filippi con lo chef Alois Rottensteiner del ristorante Patscheiderhof: i suoi canederli misti sono tra i migliori della regione.

TRIO DI CANEDERLI

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

ALLA BARBABIETOLA

120 g pane bianco secco a cubetti
100 g barbabietola cotta
50 g formaggio bianco fresco tipo quark
30 g cipolla tritata
2 uova – 1 cucchiaino di coriandolo, salvia e cumino tritati
burro – sale
Parmigiano Reggiano Dop grattugiato

Dorate la cipolla in 20 g di burro, poi aggiungete i cubetti di pane.
Sbucciate la barbabietola, tagliatela a pezzi e amalgamatela con le uova in un mixer; unite il quark e le erbe, mescolate con il pane e fate riposare per 15 minuti; formate quindi delle palle di 40 g e cuocetele in acqua salata per 10 minuti.
Condite i canederli con il parmigiano e qualche cucchiaio di burro fuso nocciola.

AGLI SPINACI

250 g spinaci lessati – 150 g pane bianco secco a cubetti – 60 g cipolla tritata
50 g latte – 35 g formaggio quark – 2 uova
1 spicchio di aglio – burro – farina 00
Parmigiano Reggiano Dop grattugiato
noce moscata – sale – pepe

Soffriggete la cipolla e l'aglio in 2 cucchiai di burro; insaporitevi i cubetti di pane.
Tritate gli spinaci e conditeli con sale, pepe e noce moscata. Frullateli con le uova in un mixer, poi amalgamateli con il pane, il latte, 2 cucchiai di farina, regolate di sale e di pepe, mescolate e lasciate riposare il composto per 15 minuti.
Formate delle palle di circa 40 g e cuocetele in acqua salata per 10 minuti.
Condite i canederli con il parmigiano e qualche cucchiaio di burro fuso nocciola.

ALLA RICOTTA

250 g ricotta
60 g pangrattato
50 g burro morbido
40 g farina 00
1 uovo
nocciole tritate
noce moscata
sale – pepe bianco

Mescolate il burro con la ricotta, aggiungete l'uovo e condite con sale, pepe bianco e un pizzico di noce moscata.
Amalgamatevi il pangrattato e la farina mescolando con un cucchiaio e lasciate riposare il composto in frigorifero per 20 minuti.
Formate i canederli, cuoceteli in acqua bollente salata per 10 minuti, scolateli e conditeli con burro fuso nocciola e nocciole tritate.

carta degli abbinamenti

15 vini e 1 birra per accompagnare i piatti del nostro ricettario **a cura di VALENTINA VERCELLI**

Piccole bruschette con burrata pag. 35

Fanno coppia perfetta con un Metodo Classico a base di chardonnay, come il **Trento Pas Dosé Alpe Regis 2014** di **Rotari**, che ha la freschezza dei vini di montagna e una bella complessità per il lungo affinamento. *21,50* ***euro***. *rotari.it*

Zuppa di finocchi pag. 39 **Insalata invernale** pag. 46

Una birra leggera ed erbacea sta bene con le ricette a base di verdure invernali. Provate la **Vienna Hell** del birrificio altoatesino **Batzen**, maltata e dissetante, con finale secco. *2* ***euro***. *batzen.it*

Anguilla in umido pag. 43 **Seppie e polenta** pag. 44

Vino rosso e pesce? In certi casi è un abbinamento perfetto. Il **Bardolino Classico Frescaripa 2019** di **Masi** è fresco, morbido e fruttato. Servitelo con qualche grado in meno. *9* ***euro***. *masi.it*

Oca arrosto con le mele pag. 48

Saporita e delicata al tempo stesso, l'oca vuole un rosso di pari caratteristiche. Provate lo **Schioppettino 2017** di **Borgo Conventi**, con suadenti profumi di viole, frutti di bosco e spezie. *21* ***euro***. *borgoconventi.it*

Lavarello in carpione pag. 36

Un bianco giovane, che nasce vicino al lago, valorizza la nostra ricetta. Provate il **Custoza 2019** di **Albino Piona**, sapido, rotondo e con un rapporto tra la qualità e il prezzo davvero interessante. *7,50* ***euro***. *albinopiona.it*

Fregola pag. 40

Scegliete un rosso morbido e corposo, meglio ancora se della stessa regione della fregola. Ci piace il **Cannonau di Sardegna 2019** di **Antonella Corda** per il carattere fresco e mediterraneo. *15,50* ***euro***. *antonellacorda.it*

Flan di cipolle pag. 45 **Sformatini di cardi** pag. 46

Con le verdure dolci e aromatiche stanno bene i bianchi giovani. Il **Roero Arneis San Vito 2020** di **Pelassa** è fresco, acidulo e persistente; ci piace per il suo carattere minerale. *11,50* ***euro***. *pelassa.com*

Torta rustica di pere pag. 51

Una bollicina amabile e fragrante valorizza i dolci con la frutta. Il **Valdobbiadene Superiore di Cartizze Dry** di **Ruggeri** nasce da vigne molto vocate e conquista per finezza e piacevolezza. *15* ***euro***. *ruggeri.it*

Nervetti pag. 36

Senza esitazioni, un rosso spumeggiante della tradizione lombarda, come la **Bonarda Vivace dell'Oltrepò Pavese**, fruttata e leggermente tannica. L'**Ipazia 2019** di **Andrea Picchioni** è succosa, intensa e persistente. *10* ***euro***. *picchioniandrea.it*

Parmigiana di carciofi pag. 40

Serve un bianco solare e di buona struttura, come una **Falanghina** campana. La **2019** di **Antonio Caggiano** ci ha conquistato per gli esuberanti profumi tropicali e il sapore intenso e rotondo. *12* ***euro***. *cantinecaggiano.it*

Rostin negàa pag. 47

Abbinamento tutto regionale con un **Valtellina Superiore**, come il **Grumello Garof 2017** di **Mamete Prevostini**, un nebbiolo elegante e sottile, con profumi di frutti di bosco. *22,50* ***euro***. *mameteprevostini.com*

Dolce sabbioso pag. 51

Una vendemmia tardiva siciliana ripropone gli stessi profumi agrumati e di frutta secca della nostra torta. Il **Cielo Dalcamo 2019** di **Tenute Rapitalà** ha tutto il carattere solare della terra in cui nasce. *17* ***euro***. *gruppoitalianovini.it*

Pappardelle pag. 39 **Alici** pag. 44

I vini rosati della **Maremma Toscana** accompagnano bene il pesce azzurro e le ricette marinare con il pomodoro. Il **Litorale Rosato 2020** di **Val delle Rose** è un Sangiovese fresco e accattivante. *11* ***euro***. *valdellerose.it*

Risotto al salto con fonduta pag. 42

Provate un rosso gentile ma pieno di carattere, come un **Pinot Nero** dell'Oltrepò Pavese. Il **Terrazze 2019** di **Tenuta Mazzolino** è immediato, fresco e leggiadro, con profumi fruttati e speziati. *11,50* ***euro***. *tenuta-mazzolino.com*

Braciole pag. 48

Per la carne di maiale serve un rosso robusto ma elegante. A noi è piaciuto **Scipio 2016** di **Tenuta Sette Cieli**, un cabernet franc toscano, vellutato, con aromi di frutti scuri, erbe di macchia e spezie. *60* ***euro***. *settecieli.com*

Montebianco pag. 52

Con le ricette a base di panna, castagne e cioccolato l'ideale è un vino dolce, rosso e morbido: per noi è il **Recioto della Valpolicella Fiorato 2017** di **Tommasi**, con attraenti profumi di ciliegie e di fichi. *23* ***euro***. *tommasi.com*

PER MOLINO PASINI

FACCIAMO MERENDA?

Per Molino Pasini, lo spuntino del pomeriggio è un piccolo pasto importante e goloso. Come resistere, per esempio, ai tortini con la crema al cioccolato bianco e granella di nocciole? Il risultato è garantito dall'utilizzo della Primitiva, una farina ottenuta da una pregiata **selezione di grani** e dal gusto speciale, che l'azienda mantovana è molto fiera di aver riscoperto. Ad alto contenuto di fibre ed elevato apporto proteico, è stata perfezionata con una nuova tecnica di miscelazione e macinazione. Il sapore e il profumo che si sprigionano usandola sono garanzia dell'alta qualità della materia prima e dell'esperta lavorazione. È il momento di metterla alla prova... del gusto!

WWW.MOLINOPASINI.COM

TORTINI DI NOCCIOLE

INGREDIENTI PER 8 PEZZI

250 g farina tipo 2 Primitiva
260 g farina di nocciole
200 g zucchero semolato
200 g cioccolato bianco – 135 g burro
100 g panna fresca – 100 g nocciole caramellate
4 uova – 1 limone non trattato
olio extravergine di oliva delicato
latte – ½ bustina di lievito per dolci
zucchero a velo – sale

Lavorate il burro morbido con lo zucchero e la scorza grattugiata del limone fino a renderlo soffice.
Unite 1 uovo alla volta, quindi la farina di nocciole, il lievito setacciato, e la farina tipo 2 Primitiva: mescolate bene e infine incorporate all'impasto ½ bicchiere di olio e ½ di latte.
Versate il composto in 8 stampi di silicone (ø 8 cm) e cuocete nel forno preriscaldato a 180 °C per circa 30 minuti. Lasciate raffreddare prima di sformare.
Abbassate la temperatura del forno a 120 °C e scioglietevi le tavolette di cioccolato disposte su una placca, poi stendetele con una spatola in uno strato sottile e rimettete in forno per circa 40 minuti. Di tanto in tanto mescolate e stendete nuovamente il cioccolato con una spatola mentre lentamente si caramella.
Trasferite il cioccolato in una ciotola, versate la panna molto calda (ma non bollente) mescolando con una frusta.
Completate i tortini con la crema al cioccolato, qualche nocciola tritata grossolanamente e zucchero a velo.

Impasto soffice, crema vellutata, nocciole croccanti donano al tortino consistenze diverse, piacevoli al palato.

FOTO: STEFANIA GIORGI, FOOD STYLING E RICETTA: LIVIA SALA

LE MIE MODERNE TRADIZIONI

Ritornare ai sapori di un tempo ma con più leggerezza, grazie agli strumenti di oggi: ce lo spiega Csaba dalla Zorza. Da un set «formato famiglia» **di SARA TIENI, foto GIACOMO BRETZEL**

C'è un profumo di pollo arrosto, salvia e rosmarino, ma si respira anche un'aria di famiglia che richiama subito certi pranzi della domenica a Villa Vergnano, a Chieri, nel Torinese. Noi di *La Cucina Italiana* siamo stati invitati in **anteprima** in questa bella villa Liberty dov'è ambientato il set del nuovo programma tv di Csaba dalla Zorza: tratto dal suo ultimo, omonimo libro, il diciannovesimo, *The Modern Cook, 120 ricette per una nuova tradizione quotidiana* (Guido Tommasi Editore, fotografie di Stefania Giorgi), andrà in onda da aprile su Food Network. La seguiamo nella realizzazione di due ricette pubblicate e di una inedita, i dolcetti al cioccolato senza glutine, proposti in questo servizio. Tutto è allestito come una grande dispensa-sala trucco-guardaroba e si cucina per ore senza staccare (dalle sette a mezzanotte, ci dicono), con un rigore militaresco. Al centro, come una padrona di casa munita di piano B, C e D, la protagonista e giudice – da otto stagioni, con il cuoco Roberto Valbuzzi e l'interior designer Diego Thomas – del fortunato format *Cortesie per gli ospiti* in onda su Real Time. «Ormai siamo una grande famiglia allargata. Con Roberto abbiamo trascorso anche una splendida vacanza estiva, durante la quale abbiamo cucinato per quattro giorni. Mi ha insegnato lui le crespelle alla crema di nocciola pubblicate nel libro: erano una ricetta di sua nonna, l'ho sostituita alla mia».

Intorno alla tavola che Csaba sta allestendo con tanti fiori freschi «in piccoli vasi bassi per non ostruire la visuale dei commensali», come vuole il **bon ton** di cui è esperta, si muove, tra una lezione e l'altra di didattica a distanza, anche la figlia Ludovica, detta Lilly; insieme al fratello Edoardo cucina anche lei, per la prima volta, in un programma della mamma.

«Pur nell'immobilità è stato un periodo di riscoperta. I miei figli talvolta si sono dovuti arrangiare a cucinare. Un giorno mi hanno chiesto di insegnare loro qualche ricetta base: è finita che abbiamo passato un paio di weekend a fotocopiare appunti e a sperimentare. Ludovica ha iniziato anche ad annotarle su un quaderno personale. Sono diventati bravi, più indipendenti. È capitato che Edoardo, quando suo padre, che è medico, tornava tardi, gli preparasse una carbonara. I piatti sono quelli di tutti i giorni, pesci leggeri, carne cotta senza troppi grassi, ma anche il dolce delle feste e le famose crêpes che Lilly mi ha preparato a colazione, per il mio compleanno», aggiunge Csaba.

Già, ma che cos'ha di moderno tutto questo? «Tornare a scoprire il cibo vero è la cosa più moderna che ci sia. Purché ragù, paste e arrosti siano più veloci da preparare, più leggeri →

MODI E MOMENTI PER OFFRIRLI

«Li presento su una piccola alzata trovata in un mercatino dell'antiquariato, anni fa: vanno presi con le mani e mangiati in un sol boccone. Li potete proporre insieme al caffè, a fine pasto, oppure durante il tè delle cinque».

Delizie al cioccolato senza glutine

«Ghiotte, adatte anche per celiaci, facili da fare, soddisfano anche la mia recente passione per il burro di arachidi».

Preparazione

Per 24 pezzi, imburrate degli stampi con incavi multipli di 3-4 cm di diametro. Accendete il forno a 180 °C. Mescolate 120 g di burro di arachidi con 2 cucchiai di zucchero a velo, poi riponetelo in frigorifero. Fondete 200 g di cioccolato al 70% con 125 g di burro. A parte montate 3 uova con 100 g di zucchero, quindi aggiungete 50 g di cacao amaro setacciato, incorporandolo poco alla volta con una spatola in silicone, infine unite il cioccolato fuso con il burro. Versate il composto negli stampi, quindi cuocete in forno per 25 minuti. Fate raffreddare i dolcetti negli stampi e completate con il burro di arachidi e frutta secca a piacere.

ABITO **MARELLA**, SCARPE **ANTONIO BARBATO**, TOVAGLIA **ONCE MILANO**, PIATTI **BITOSSI**, POSATE **KNINDUSTRIE**

Csaba dalla Zorza, scrittrice e protagonista di diversi programmi televisivi su cibo e bon ton, apparecchia la tavola nel backstage del nuovo programma *The Modern Cook*, tratto dal suo ultimo libro *The Modern Cook, 120 ricette per una nuova tradizione quotidiana.*

e più belli di quelli di quaranta o cinquant'anni fa, per adattarsi ai ritmi contemporanei». Il compito sembra comunque arduo: convincere a preparare in casa i ravioli e il pane. «In realtà, vorrei comunicare la gioia di stare in cucina, non un obbligo, in un momento in cui non possiamo viaggiare o frequentare i ristoranti come prima. Ci sono ricette per un semplice aperitivo, altre che si preparano in mezz'ora ma sono buone ed economiche, sanno di festa». L'ispirazione per libro e programma viene anche dai **social**. «In molti, negli scorsi mesi, mi hanno scritto, costretti a cucinare per la prima volta due-tre volte al giorno tutti i giorni, per avere dei suggerimenti pratici per portare in tavola qualcosa di buono, senza l'ansia da spesa. Tra le richieste più pressanti quella del vitello tonnato, che io non avrei preso un granché in considerazione».

Nelle 120 ricette, oltre ai classici italiani e un excursus tra quelli francesi, anche piatti anglosassoni entrati ormai nelle abitudini di famiglia. Come i bagels o l'avocado toast: «È la mia colazione in albergo, a Roma, quando giro *Cortesie per gli ospiti*; mi dà energia ed è anche molto equilibrata, oltre che gradevole da presentare». Un tocco di bellezza è sempre un condimento, anche per il cibo più semplice. «**Apparecchiare** la tavola mi viene naturale quanto schiacciare la frizione mentre cambio la marcia al volante». E se non si ha la posata giusta? «Non importa. Se non possedete il famoso cucchiaio da dessert, semplicemente non mettetelo in tavola». ■

Ludovica, figlia di Csaba, dà gli ultimi ritocchi alla tavola. Accanto alla mamma e al fratello Edoardo, è una dei protagonisti della trasmissione *The Modern Cook*, dieci puntate che andranno in onda su Food Network a partire dal prossimo aprile.

Pollo in cocotte

«Questa è la nostra ricetta della domenica: impiego circa un'ora e mezzo per prepararlo e ne vale davvero la pena».

Preparazione

Prendete 1 pollo intero da circa 1,2 kg, già pulito. Farcitelo con 4 foglie di alloro, ½ limone tagliato a spicchi, qualche grano di pepe, ½ cipolla, salvia, timo e origano freschi. Scaldate una cocotte adatta a contenere tutto il pollo: versatevi poco olio extravergine di oliva, 1 spicchio di aglio, altri 2 spicchi di limone e fate rosolare leggermente. Imburrate il petto del pollo con burro freddo, massaggiatelo con poco sale e pepe, quindi ponetelo nella cocotte e fate dorare, dalla parte del petto, per 5 minuti a fiamma media. Sfumate con 1 bicchiere di vino bianco secco, quindi girate il pollo con il petto all'insù. Chiudete la pentola e fate dorare il volatile da ogni lato per 3 minuti. Cuocete con il coperchio per 15 minuti, poi infornate la cocotte a 190 °C per 35 minuti circa, sempre con il petto rivolto verso l'alto.

PIÙ COMODO PER TUTTI

«Seziono il pollo cotto in otto pezzi e lo presento direttamente in cocotte, dato che ne ho una che sta bene anche in tavola, oppure su un vassoio. Accompagno con un piatto di patate arrosto e un altro con verdure di stagione brasate».

DIETRO LE QUINTE

Csaba Dalla Zorza nella cucina di Villa Vergnano a Chieri (To), sede dell'Accademia di Caffè Vergnano 1882, dove è stata girata la trasmissione *The Modern Cook*. In alto, la troupe di Discovery (tutti al lavoro dopo essersi sottoposti a regolare tampone).

L'ABITO DI LUDOVICA È DI **PAUL SMITH**, I FIORI DI **BOHEM LA STAZIONE** (SARNICO, BS). NELLA PAGINA ACCANTO, L'ABITO DI CSABA DALLA ZORZA È DI **LUISA BECCARIA**

Torta di maccheroni

«Un timballo di pasta sontuoso, che è anche bellissimo da vedere. Rinfrescato con un'insalata mista, diventa un perfetto piatto unico».

Procedimento

Accendete il forno a 190 °C. Preparate una teglia rotonda a cerniera, imburratela e rivestitela con 1 foglio di pasta sfoglia pronta che aderisca bene alle pareti per almeno 2-3 cm. Bucherellate il fondo con una forchetta, poi coprite con carta forno, riempite con dei pesi (legumi secchi) e cuocete per 18 minuti. Eliminate i pesi e la carta e proseguite per altri 5 minuti, quindi fate raffreddare nello stampo. Cuocete 350 g di pasta corta e scolatela al dente. Rosolate in padella, senza grassi, 140 g di speck a cubetti. Portate a ebollizione 300 g di panna fresca, quindi unite 1 bustina di zafferano in polvere, 100 g di parmigiano grattugiato, 80 g di gruviera e di taleggio e amalgamate. Condite la pasta con questo composto e trasferitela nello stampo, aggiungendo altri 70 g di taleggio. Chiudete con un secondo disco di pasta sfoglia. Spennellate la superficie con 1 uovo sbattuto e foratene la superficie con un coltellino. Cuocete in forno a 190 °C per 30 minuti. Fate raffreddare 10 minuti prima di sformare.

CHE PROFUMINO

«Scegliete un'alzatina di porcellana o di vetro, in modo da valorizzare la forma del timballo; portatelo in tavola ben caldo e tagliatelo al momento per fare apprezzare a tutti l'aroma che sprigiona».

APPENA RACCOLTE

PASTINACA
La *Pastinaca sativa* appartiene alla famiglia delle Ombrellifere come le carote ma si differenzia per il colore biancastro e per il sapore decisamente dolce. La polpa è soda, a volte coriacea.
IDEALE da mangiare cotta. Perfetta lessata o al vapore per preparare un purè oppure tagliata a bastoncino o a fetta di salame, rosolata o fritta.

VIOLA
Varietà conosciuta già migliaia di anni fa, nel corso dei secoli è stata sostituita da quella arancione, per preferenze estetiche e per omaggiare la famiglia reale degli Orange. La viola è molto ricca di antociani, coloranti naturali dal potere antiossidante, che variano dal rosso al blu (gli stessi di mirtillo, sambuco, ciliegie...).
IDEALE cotte in bastoncini in forno con olio, aglio e timo, oppure in casseruola con una noce di burro. È consigliabile cuocerle separatamente da altre verdure, per evitare che ne modifichino il colore.

Scoprite quante sfumature di sapore hanno le carote, e cedete alla consistenza fondente delle pere ben mature (così buone da tentare anche i santi)

a cura di ANGELA ODONE
foto GIACOMO BRETZEL

LE CAROTE

«Vorrei che le mie idee fossero saporite quanto le vostre carote», scriveva Marcel Proust alla cuoca Céline nel 1909, lodando il suo stracotto di manzo, il tradizionale boeuf carottes. Più o meno nello stesso periodo Jules Renard completava *Pel di carota*, storia di un ragazzino con i capelli rossi, al quale avevano affibbiato quel solito soprannome che ha perseguitato generazioni di rossi e di rosse.

Ma le carote non sono nate di quel deciso arancione squillante: lo sono diventate per opera delle pazienti selezioni degli agricoltori olandesi che volevano celebrare il loro re, della dinastia degli Orange. Le prime carote «color carota» compaiono in alcuni dipinti fiamminghi del Seicento (si vedono, per esempio, in *Donna del mercato con frutta, verdura e pollame*, opera del 1564 del pittore Joachim Beuckelaer) e solo nel Settecento i botanici ne ufficializzano l'esistenza.

Prima di allora questa radice, originaria a quanto pare dall'Afghanistan, era bianca, giallina, rossastra, violacea, difficilmente distinguibile dalla pastinaca. Le varietà viola, ricca di antociani e polifenoli, e gialla, con tanta luteina (un pigmento utile per la salute degli occhi), ultimamente di moda, sembrano chissà quale novità! E invece sono solo un gradito ritorno: l'arcobaleno delle carote lo conosceva bene Monsieur Nicolas de Bonnefons, *valet de chambre* a Versailles e autore di un famoso ricettario del Seicento, che suggeriva di usare quelle gialline, più tenerelle, →

GIALLA
Appartenente alla stessa famiglia, è una varietà che presenta un colore diverso; il sapore è leggermente più delicato della classica carota arancione.
IDEALE cruda o cotta.

CAROTA (CON IL CIUFFO)
Pianta erbacea, la *Daucus carota* è caratterizzata da una radice fittonante carnosa e commestibile, la carota, e da un rigoglioso ciuffo di foglie pennatosette (cioè formate da tante piccole foglioline che partono dalla nervatura centrale e si sviluppano a destra e a sinistra).
IDEALE da mangiare cruda in nastri, listerelle, grattugiata oppure cotta in tutti i modi: lessata, al vapore, al burro, rosolata in forno. Con le foglie si può arricchire un minestrone; da provare i butti più teneri per rendere originale un'insalata.

NOVELLA
Le varietà di carota sono moltissime e si differenziano oltre che per il colore anche per la dimensione della radice e per forma (tondeggiante, cilindrica, troncoconica, conica), aspetti che non influiscono sul sapore ma sulla consistenza. Le novelle, più piccole, risultano sempre le meno fibrose e le più delicate di sapore.
IDEALE cruda, da sola o per pinzimoni misti.

per i sensibili denti del Re Sole... e *bon appétit*, maestà.

Venendo a tempi più vicini a noi, forse non tutti sanno come è nato il proverbiale modo di dire «bastone e la carota». L'espressione «with a carrot and with a stick» fu pronunciata da Winston Churchill in un discorso del 1943 alla Camera dei Comuni per spiegare con quale metodo pensava di trattare l'Italia per indurla alla resa.

LE PERE

Nelle sue *Confessioni*, Agostino di Ippona racconta che da ragazzo, insieme ad altri amici, andò di notte a scuotere un pero che sorgeva vicino alla vigna di famiglia e a far bottino dei suoi frutti. L'intento della narrazione è alto e vorrebbe dimostrare la innata propensione al peccato dell'uomo, ma l'episodio in sé diverte, con uno spaccato di vita vera del IV secolo dopo Cristo che mette le pere in primo piano.

Originaria della Cina, dove ha il dolce nome di *li*, la pera è conosciuta in Occidente fin dai tempi più remoti: resti di questo frutto risalenti all'era glaciale sono stati trovati in una caverna svizzera. La cita Omero, come «dono degli dei», insieme alla melagrana, all'uva, alle olive e ai fichi, descrivendo il bel giardino di Alcinoo, il re dei Feaci, nel libro VII dell'*Odissea*. Il botanico greco Teofrasto ne aveva classificate più specie già nel III secolo avanti Cristo, mentre Catone, Varrone e Plinio spiegavano diffusamente come coltivarla e belle pere mature compaiono negli affreschi più antichi.

La sua forma sinuosa ne ha fatto un frutto elegante e femminile, capace di evocare dolcezza e rotondità materne. Compare infatti in dipinti di Madonne, come la splendida quattrocentesca *Madonna della pera* di Cesena, e ancora oggi l'Emilia-Romagna è la maggiore produttrice di questo frutto, il cui consumo in Italia si situa ai primi posti, dopo la mela e insieme con arance e banane. Secondo Confagricoltura nel 2020 se ne sono raccolte circa 642.000 tonnellate. Le varietà più consumate sono Williams, Abate, Kaiser e Coscia.

Così scriveva il Petrarca in una sua allegra frottola: «Addio l'è sera/Or su vengan le pera,/il cacio e 'l vin di Creti». Come a dire, al contadino non far sapere... MARINA MIGLIAVACCA

1
2
3

1. **DECANA D'INVERNO**
Varietà scoperta in Belgio nel primo decennio dell'Ottocento. Doliforme (cioè a forma di vaso panciuto), con buccia verde leggermente rugginosa. La polpa è bianca, fondente e zuccherina.
IDEALE da mangiare cruda. Anche insieme con formaggi stagionati.

2. **COSCIA**
Di origine toscana, detta anche Coscia di Firenze, alcune fonti la fanno risalire al Settecento. Varietà estiva con buccia liscia verde chiara. La polpa, tendente al bianco, è molto dolce e succosa.
IDEALE cruda, anche nelle macedonie. Pratica per merende e spuntini al volo.

3. **KAISER**
Ribattezzata in onore del Kaiser Alexander, inizialmente si chiamava Beurré d'Apremont, perché scoperta nel 1793 nella foresta d'Apremont, in una regione francese che fa capo a Digione. Il frutto allungato ha la buccia ruvida di colore giallo verdastro scuro, la polpa è dolce con note acidule che regalano freschezza. A volte può essere leggermente granulosa.
IDEALE per le torte e per le macedonie.

4, 5. **WILLIAMS**
Inglese, anche se l'origine rimane molto dibattuta: ottenuta da seme nel 1796 nel Berkshire e presentata da R. Williams nel 1816 alla Horticultural Society di Londra,

4

6

5

7

8

oppure da una piantina cresciuta nella contea di Aldermaston e poi messa in commercio dal vivaista R. Williams? Di sicuro fu introdotta in Italia nel 1870. La forma ricorda quella di una trottola, la buccia è liscia, lucida di colore verde dorato. La polpa succosa, fondente, molto dolce e profumata. La varietà Williams Rosso è nata da una mutazione nel 1938 negli Stati Uniti. In Italia è arrivata nel 1953. Si differenzia dalla Williams principalmente per il colore della buccia, rosso acceso. **IDEALE** sia nei dolci sia cruda, anche nelle insalate.

6. **MARTIN SEC**
Si contendono l'origine la Francia e le Alpi Piemontesi, in particolare della provincia di Cuneo. Molto antica, viene citata già nel 1530. Di piccole dimensioni, si distingue al primo sguardo per il colore della buccia dura, rugginosa color cannella. La polpa spesso granulosa è assai soda. **IDEALE** al forno, cotta nel vino, sciroppata o adatta per fare una mostarda senapata.

7. **ABBÉ FÉTEL**
Chiamata normalmente Abate o Pera dell'Abate, prende questo nome perché il seme è stato selezionato dall'abate Fétel e presentato a Lione nel 1876. La forma del frutto si dice calebassiforme (cioè a forma di zucca) con buccia sottile giallo-verdastra che a volte presenta pennellate rosse dovute all'esposizione al sole. La polpa è dolce, abbastanza soda e molto profumata. **IDEALE** per preparare torte, specialmente al cioccolato.

8. **NASHI**
Arriva dall'Oriente, il nome è giapponese, ma l'origine probabilmente è cinese. Di forma rotondeggiante, assomiglia a una mela con buccia rugginosa. La polpa è succosa, croccante, per niente acidula. **IDEALE** da mangiare cruda con formaggi cremosi tipo caprino, oppure in macedonie invernali con diversi tipi di agrumi: mandarino, kumquat, arancia, cedro…

LE STELLE BRILLANO A VICO

Più che una scommessa, una sfida. Gennarino Esposito, chef e personaggio televisivo, racconta come ha portato nell’Olimpo della gastronomia i prodotti e i piatti popolari della sua Campania di FIAMMETTA FADDA

Al telefono, il sindaco di Capri all’amico e cuoco Gennaro Esposito: «Gennarino, sono disperato, il mare qui intorno pullula di meduse. La stagione è rovinata». Era il 2012. Lui ci pensa su, prova, riprova, aggiusta, e produce il Carpaccio di Medusa: veli di medusa marinata con zucchero e sale accanto a veli di mozzarella. Adesso che le meduse hanno fatto la loro comparsa perfino a MasterChef, sembra facile. Ma allora, quando la cucina del Sud, da poco riscattata dall’immagine popolare che la relegava a spaghetti e poco più, «si arroccava dietro cocktail di gamberi, salmone affumicato, caviale», era una provocazione. Eppure ci voleva quel cuoco visionario, passato attraverso la genialità di Gianfranco Vissani e il rigore di Alain Ducasse, per cambiare registro e lanciare la seconda fase della nuova cucina partenopea. Per di più, altra provocazione, con ristorante a Seiano, borgo semisconosciuto della Costiera, nel comune di Vico Equense, la cui sola caratteristica era una torre di avvistamento saracena a bordo mare. Mi porterà fortuna, aveva pensato Gennarino prendendone possesso e chiamando il suo locale La Torre del Saracino. E aveva ragione.

Dove ha trovato il coraggio di presentare ai clienti un piatto di meduse?
«Un cuoco deve essere un pioniere. Da un po’ trovavo l’approccio dell’epoca all’alta cucina provinciale e fine a se stesso. Abbiamo cominciato a ragionare su quello che avevamo intorno. Del magnifico pesce della Penisola Sorrentina se ne usavano solo cinque o sei specie ritenute pregiate. Per anni ho visto buttare a mare intere cassette di pesce bandiera, protagonista della mia popolarissima e copiatissima Parmigiana di bandiera, perché nessuno lo voleva. Adesso i pescivendoli mi odiano perché devono pulirne chili e chili».
Non le dà fastidio essere copiato?
«Anzi, mi piace condividere. È questo il senso della “Festa a Vico”, la manifestazione di buon cibo, condivisione e solidarietà che ho ideato quasi vent’anni fa e che coinvolge tutti: gli abitanti, gli sponsor, i cuochi. Da Antonino Cannavacciuolo, mio compagno di scuola, a colleghi di fama planetaria».
Come sono cambiati la sua vita e il suo lavoro con il Covid?
«Soffriamo, ma penso che a noi ristoratori stellati tocchi dare l’esempio e incoraggiare gli altri a non battere i pugni sul tavolo e a essere responsabili».
Riflessioni particolari?
«Siamo all’inizio di un nuovo inizio. Bisogna allontanarsi dalla banalità del merluzzo nero, delle capesante, delle chele di granchio gigante. Tutta roba che viaggia per migliaia di chilometri, mentre qui abbiamo prodotti straordinari a impatto zero ancora da esplorare».
E il suo ultimo ingrediente-scoperta è…
«Le palette di fico d’India. Le piccole sono buone crude in insalata con olio, colatura, spuma di mandorle e insalata di erba porcellana. Hanno la consistenza di un misto di fagiolini e fave. Con le grandi faccio un’acquapazza con pomodorini in brodo di pietre di mare. Tra

Due best seller di Gennarino Esposito: la Minestra di pasta mista con crostacei e pesci di scoglio e il Risotto agli agrumi con zafferano e finocchietto selvatico. A sinistra, il luminoso interno del suo ristorante La Torre del Saracino.

Gennaro Esposito, per tutti, sulla Costiera amalfitana, «Gennarino». Ha compiuto cinquant'anni nel 2020. È uno dei protagonisti della cultura gastronomica campana.

l'altro ho scoperto che sono un superfood e abbassano la glicemia».

Che cos'è il lusso in cucina?

«Il lusso è l'emozione provocata da una cosa fatta bene. Che sia un gioiello o un piatto. Anche una trattoria può regalare un'esperienza lussuosa. Noi usiamo prodotti di altissima qualità ma non costosi, assemblati in piatti semplici, di tre o quattro ingredienti che non hanno bisogno di racconto per essere capiti. Come l'Agnello alle erbe con sedano rapa e pesto di olive nere, oppure il Cipollotto cotto sotto la cenere, peperone crusco e parmigiano. Il cliente non sa il lavoro che c'è dietro, però percepisce che sono stilisticamente perfetti e si emoziona».

Qual è il suo best seller?

«La Minestra di pasta mista con crostacei e pesci di scoglio».

I suoi ristoranti preferiti?

«La fusion nippo di Otoro 81, se voglio rilassarmi, Il Gorizia, se sono con la famiglia. Tutti e due a Napoli. Ma sono molto curioso di assaggiare la cucina di Antonio Guerra al Vitique a Greve in Chianti, quella di Marco Caputi al Maeba a Ariano Irpino e quella di Francesco Lorusso al Bramea a Palazzo San Gervasio, un comune di neanche cinquemila abitanti in provincia di Potenza».

Come sarà «l'alta cucina» tra cinque anni?

«Alto vorrà dire perfetto per lo stato d'animo di quel giorno, di quell'occasione, di quella stagione. Bisognerà saper giocare sempre di più su spartiti diversi. Non è semplice: io ci sono riuscito prima a Capri con Mammà, poi a Ibiza, Londra e Milano con It, dove nella stessa serata c'era clientela di età e aspettative molto diverse. Una cosa è certa: tutti vogliono essere circondati da gente felice, serviti da ragazzi sorridenti e garbati, in un ambiente accogliente».

Un cuoco deve essere un goloso?

«Deve essere un curioso, un appassionato di sapori. Deve sapere quanti ne può avere una mela, per esempio. Maiale con le mele? Sì, ma quali? Limone e pomodoro insieme? Non sembra ma si può. Ed è un divertimento pazzesco».

Il trend salutare limita la creatività del cuoco?

«Ci sono piatti che nascono nella testa da un libero incrocio di ingredienti. Altri che hanno dei paletti. Quelli vegetariani per me sono felicità pura. Limoni? Io uso tutto: succo, polpa, buccia, foglie».

Ci racconta il suo nuovo menù?

«Ho costruito una carta "elastica": tre menù, di quattro, sei e otto portate, in cui quello più corto si compone scegliendo a piacere tra i piatti degli altri due. Chi va al ristorante più spesso o è un habitué può scegliere la versione breve, chi ha voglia di sperimentare più o meno a fondo, tra le altre due. E poi basta con i menù degustazione accompagnati da sette o otto vini diversi. L'ospite deve alzarsi soddisfatto e in forma».

Ristoranti a Ibiza, a Londra, a Milano. Può un cuoco soddisfare clienti così diversi mantenendo il suo stile?

«Il vero successo di una cucina è saper essere universale, e l'internazionalità ti mette in condizione di capire se stai facendo piatti ben raccontati e comprensibili a tutti. Colatura di alici a Londra? Sì, ma non sei a Napoli, quindi devi imparare a dosarla».

Denaro, fama, crescita professionale. Qual è il valore aggiunto più prezioso nel suo mestiere?

«La dignità di uomo. Fino a trent'anni fa il cuoco viveva dalla mattina alla sera in cucina senza altri contatti che la sua brigata. Oggi parla con i clienti, si siede al loro tavolo, interloquisce. È, ancora una volta, la conferma che il cibo è, prima di tutto, comunicazione». ■

SERENISSIMA IN FESTA

Fritole, galani e i «maccheroni di Casanova»: dedicati a Venezia, che quest'anno celebrerà anche i 1600 anni tondi dalla sua leggendaria fondazione

di MARINA MIGLIAVACCA, ricette JOËLLE NÉDERLANTS
testi ricette VALENTINA VERCELLI, foto RICCARDO LETTIERI, styling BEATRICE PRADA

Coriandoli
Fiori, Spezie e Bachi da Seta

Una volta, a Carnevale, non si lanciavano dischetti di carta, ma petali di fiori e confetti particolari, ottenuti glassando prima di miele e poi di zucchero i tondi semi della pianta del coriandolo (*Coriandrum sativum*) proprio come nella ricetta che proponiamo. Solo a fine Ottocento il giovanissimo Ettore Fenderl, futuro scienziato, si ritrovò a corto di petali e improvvisò una pioggia di ritagli di carta colorata, «inventando» il coriandolo moderno, non a caso, sempre a Venezia... L'idea fu industrializzata in Lombardia, dal cavalier Mangili di Crescenzago, che usò su vasta scala i residui tondeggianti dei fogli di carta che usava per le lettiere dei suoi bachi da seta: il «coriandolo di Milano», un successone che prosegue fino a oggi.

Galani
Come il Nastro di una Dama

Assomigliano alle chiacchiere, tipico dolce carnascialesco declinato con nomi e fogge diverse in tutta Italia, i galani veneziani, che però hanno una storia tutta loro. Sono fatti a forma di nastri, come quelli che ornavano il collo e gli abiti delle donne, prima di tutto le dame, ma anche quelle meno abbienti che però un nuovo fiocco colorato per ingentilire un abito usato se lo potevano permettere, per andare a nozze o a ballare a Carnevale. «Galan» vuol dire proprio «nastro» e a noi ricorda il carattere delle popolane di Venezia, pronte a sorridere e a danzare anche con pochi «schei» in saccoccia. Allontanandosi dalla Laguna verso l'entroterra, con lo stesso impasto si producono i gustosi crostoli, di forma rettangolare e più spessi.

Coriandoli

Impegno Per esperti
Tempo 4 ore
Vegetariana

INGREDIENTI PER 10 PERSONE

350 g zucchero semolato
10 g semi di coriandolo

Munitevi di un termometro a sonda e cuocete 20 g di zucchero con 1 cucchiaino di acqua in un pentolino largo di acciaio fino a 110 °C; togliete quindi dal fuoco e unite i semi di coriandolo, mescolando con un cucchiaio di legno o una spatola, finché non saranno separati e ricoperti di un sottile strato di zucchero bianco cristallizzato.
Setacciate i semi di coriandolo ed eliminate lo zucchero che si sarà depositato sul fondo del pentolino.
Lasciate raffreddare e ripetete l'operazione per altre tre volte; quindi ancora per tre volte, usando ogni volta 40 g di zucchero e, infine, per altre 3 volte con 50 g di zucchero.
Da sapere Per ridurre i tempi, potete diminuire i passaggi nello zucchero, fermandovi al quinto o al sesto.

Galani e crostoli

Impegno Medio
Tempo 50 minuti più 1 ora di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE

500 g farina 00
100 g zucchero semolato
100 g vino bianco secco
40 g burro
2 uova
1 limone
grappa
olio di arachide
sale – zucchero a velo

Impastate la farina, lo zucchero semolato, il vino, il burro, le uova, 2-3 cucchiai di grappa, la scorza grattugiata del limone e un pizzico di sale, finché non otterrete un composto omogeneo e abbastanza morbido. Raccoglietelo in un panetto, copritelo con una pellicola alimentare e lasciatelo riposare almeno per 1 ora.
Stendete il panetto, ricavando una sfoglia sottilissima, di circa 1 mm.
Dividete metà della sfoglia in rettangoli (circa 4x12 cm), con l'aiuto di una rotella tagliapasta. Praticate una piccola incisione diagonale nel centro di ogni rettangolo (crostoli).
Tagliate in nastri lunghi e stretti il resto della sfoglia e annodateli (galani).
Friggeteli un po' per volta, in abbondante olio ben caldo (175 °C), finché non saranno dorati.
Scolateli con una schiumarola su carta da cucina e lasciateli raffreddare.
Cospargete i galani e i crostoli con lo zucchero a velo e servite.

Creme fritte – I ROMBI DEL DOGE

Il rombo, o losanga, è una figura araldica molto usata e ha finito per dare il nome alla crema fritta cucinata dai veneziani e ritagliata in questa forma geometrica, così squisita da diventare una leccornia degna di un principe, o appunto di un doge, la figura di maggior spicco della Serenissima. Tutti i bàcari veneziani, le tipiche osterie, servivano questi squisiti e profumati «rombi del doge», croccanti fuori e morbidi dentro, dal giorno di Sant'Antonio fino a martedì grasso, secondo la tradizione, possibilmente accompagnati da un bel bicchiere di passito.

Creme fritte

Impegno Medio
Tempo 1 ora più 1 ora di riposo

INGREDIENTI PER 16 PEZZI

300 g latte
200 g panna fresca
125 g zucchero semolato
100 g farina 00
100 g pangrattato
30 g amido di mais
2 g gelatina alimentare in fogli
5 tuorli – 2 uova
½ baccello di vaniglia
scorza di limone – cannella
olio di arachide

→

La fritola – Un affare di Stato

Nate nel Trecento e proclamate nel Settecento «dolce nazionale della Serenissima», le fritole venivano preparate in esclusiva dai membri della rinomata corporazione dei fritoleri che si tramandavano la ricetta di padre in figlio, e vendute anche agli angoli delle strade, infilate ancora bollenti in uno spiedino di legno per non ungersi le dita e zuccherate abbondantemente con un apposito contenitore bucherellato. L'arte dei friggitori locali era tanto apprezzata che Goldoni, nella sua celebre commedia *Il campiello*, mette tra i protagonisti la fritolera Orsola, figura che pittori come Pietro Longhi hanno immortalato sulle loro tele, irrinunciabili protagoniste del Carnevale.

Maschere – In Bianco e Nero

Indossando la Bauta, il più celebre travestimento veneziano, il volto restava celato sotto una maschera bianca, la larva, che copriva tre quarti del volto e alterava anche la voce, rendendo irriconoscibile chi la indossava, tanto che l'Inquisizione ebbe da ridire sull'uso indiscriminato che molti aristocratici ne facevano anche al di fuori del periodo carnevalesco per combinarne di cotte e di crude. La Moretta, detta anche «serva muta», era invece scura e di forma ovale; riservata alle donne, per portarla bisognava «mordere» un bottone posto al suo interno all'altezza della bocca, così che chi la indossava non poteva parlare. La preferivano popolane e borghesi.

Mettete a bagno la gelatina in acqua fredda.
Scaldate il latte con la panna con il baccello di vaniglia aperto per il lungo, un po' di scorza di limone e di cannella.
Mescolate i tuorli con lo zucchero, l'amido di mais e 25 g di farina; stemperateli con il latte filtrandolo, mescolando con una frusta; cuocete il composto, sempre mescolando, finché non diventerà cremoso.
Togliete la crema dal fuoco, incorporate la gelatina, ben strizzata, e stendetela in una teglia (18x26 cm, h 2 cm) rivestita con carta da forno.
Coprite la crema con la pellicola a contatto e lasciatela raffreddare, poi riponetela in freezer per 1 ora.
Tagliatela infine a losanghe e impanatele, passando ciascun pezzo prima nella farina, poi nelle 2 uova sbattute e quindi nel pangrattato.
Friggete le losanghe di crema in abbondante olio ben caldo (175 °C) per 1-2 minuti. Scolatele su carta da cucina e servitele.

Fritole

Impegno Medio
Tempo 1 ora più 3 ore di lievitazione
Vegetariana

INGREDIENTI PER 40 PEZZI

500 g farina Manitoba
200 g latte
120 g uvetta sultanina
100 g pinoli
80 g burro
80 g zucchero semolato
50 g grappa
25 g lievito di birra fresco
2 uova grandi
1 baccello di vaniglia
olio di arachide
sale
zucchero a velo

Sciogliete il lievito di birra in ½ bicchiere di latte tiepido, quindi versate tutto nella farina Manitoba, unendo anche le uova leggermente sbattute, il burro fuso, freddo, il latte rimasto, la grappa, lo zucchero semolato, i semi estratti dal baccello di vaniglia e un pizzico di sale. Lavorate il composto, finché non otterrete una consistenza morbida e omogenea.

Venezia in maschera nel dipinto settecentesco di Gabriel Bella *L'ultimo giorno di carnevale in piazza San Marco.* La ricorrenza venne proclamata festa pubblica dal senato della Serenissima nel 1296.

Incorporate all'impasto i pinoli e l'uvetta, precedentemente ammollata in acqua e ben strizzata. Raccoglietelo in una ciotola, coprite e lasciate lievitare in un luogo tiepido per 2-3 ore: dovrà quasi triplicare di volume.
Dividete l'impasto in palline grandi come una noce e doratele in abbondante olio ben caldo (170 °C) per 2-3 minuti. Scolate le fritole, asciugatele su carta da cucina, lasciatele intiepidire, cospargetele con lo zucchero a velo e servitele.

Mascherine

Impegno Medio
Tempo 2 ore e 10 minuti più 1 ora di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

PER LA PASTA BIANCA E NERA
500 g farina
220 g burro
160 g zucchero a velo
10 g carbone vegetale in polvere
2 tuorli
cannella
sale
PER LA GLASSA
170 g zucchero a velo
1 albume

Lavorate dapprima la farina con lo zucchero a velo e il burro freddo, finché non otterrete un composto sabbioso; impastate quindi con i tuorli e 80-100 g di acqua, un pizzico di cannella e uno di sale; dividete l'impasto a metà e incorporate a una parte il carbone vegetale.
Formate 2 panetti lisci, avvolgeteli in una pellicola alimentare e lasciateli riposare in frigorifero per 1 ora.
Stendete la pasta nera a 3-4 mm di spessore; ritagliatevi delle facce ovali con l'aiuto di uno stampino (5x7 cm); fate gli occhi con l'aiuto di uno stampino rotondo (ø 8 mm). Otterrete circa 15 maschere di Moretta.
Cuocetele in forno statico a 180 °C per 15 minuti.
Stendete la pasta bianca, ottenendo una sfoglia di 3-4 mm di spessore; rimettetela in frigorifero per almeno 30 minuti. Cercate un'immagine della maschera Bauta, stampatela, ritagliatela e appoggiatela sulla sfoglia (la nostra misura 9 cm di larghezza e 11 cm di lunghezza). Seguitene i contorni, tagliando la pasta con un coltello affilato e ripetete l'operazione; otterrete circa 6-7 pezzi. Ritagliate gli occhi a forma di mandorla e sagomate il naso con il manico di un cucchiaio di legno.
Cuocete le maschere nel forno statico a 180 °C per 20 minuti; sfornate e lasciate raffreddare.
Preparate una glassa mescolando bene 170 g di zucchero a velo con 1 albume, finché non otterrete un composto bianco e omogeneo.
Riponete metà della glassa in una tasca da pasticciere e distribuitela lungo il contorno delle maschere Bauta e degli occhi.
Unite qualche goccia di acqua nell'altra metà della glassa, mescolate e, utilizzando un pennello o uno stecco, stendetela all'interno dei contorni.

FOTO **AG. GETTY IMAGES**

Divertimenti e libertà millenarie

San Giacométo: così i veneziani chiamano con familiare affetto la chiesetta inaugurata a Rialto il 25 marzo del 421, nel giorno dell'Annunciazione, e che costituì, secondo la tradizione, il primo nucleo della futura Serenissima. A volerla era stato un carpentiere di origine greca, un certo Candioto, il quale aveva fatto voto al santo per spegnere un incendio che si stava divorando le sue case di legno. Esaudito, aveva rispettato la promessa ed era entrato nella Storia.

E nelle cronache della città sarebbe entrato a pieno titolo nel 1094 anche il doge Vitale Falier per un suo editto che citava per la prima volta la parola magica, «carnevale», autorizzando tutti i veneziani a parteciparvi liberamente. Due secoli più tardi, con decreto del senato della repubblica del 1296, il carnevale di Venezia sarebbe stato proclamato festa pubblica, diventando ben presto la più importante per tutti, dagli aristocratici al popolino, che facevano baldoria per sei settimane di fila, a partire dal 26 dicembre.

Alla festa del popolo, con le sue manifestazioni più semplici e grossolane, si affiancò subito un divertimento più ricco, con tornei, spettacoli teatrali e musicali, regate, cortei di cui Venezia si faceva gran vanto. In epoca barocca, i più bei nomi d'Europa accorrevano a far festa e ad assaggiare piaceri anche proibiti, nascondendo la loro identità sotto le maschere.

Diceva un indovinello del Settecento: «Vi starò in faccia e pur non mi vedrete, E mi vedrete se starò distante, E all'occhio ed al color conoscerete, Che sempre copre il ver, il mio sembiante».

La soluzione? Ovvio, la maschera, il travestimento. Il più famoso è la Bauta, con l'inquietante volto bianco, detto la larva, completato dal tricorno e dal roccolo nero che nasconde capelli e spalle e può essere portata sia dagli uomini sia dalle donne. Particolarissima era anche la Moretta, riservata solo alle donne: un ovale di velluto nero che copriva tutto il viso e si doveva portare stringendo tra i denti un bottoncino, costringendo al silenzio chiunque la indossasse. La dama così mascherata non poteva parlare se non con lo sguardo e con le movenze del corpo, in un raffinato gioco di seduzione.

Delle maschere approfittò anche Giacomo Casanova (nell'incisione, qui sotto) in uno scherzo che racconta nelle sue memorie. Correva l'anno 1745, quando, in compagnia di amici altolocati, entrò nella locanda delle Due spade a Rialto, dove notò una bella signora annoiarsi in compagnia del marito e di altri parenti. Casanova e i suoi non resistettero alla tentazione di una burla: si finsero membri del temutissimo Consiglio dei Dieci e «deportarono» in barca gli atterriti parenti della donna all'isola di San Giorgio, dove li lasciarono per tutta la notte mentre si intrattenevano con la signora, non più annoiata...

Poveri e ricchi si godevano i loro carnevali paralleli, trovando però un punto d'incontro nella tradizionale festa delle Dodici Marie (oggi il ricordo rimane nelle dodici ragazze che, in costume medievale, aprono i festeggiamenti). Tutto nasce da un episodio storico: fin dalle origini della città, il 2 febbraio, giorno della purificazione di Maria, dodici promesse spose si facevano benedire nella chiesa di San Pietro di Castello. Nel 946 i pirati dalmati le rapirono, ma il popolo furibondo, col doge in testa, inseguì i predoni e liberò le fanciulle. Da allora, ogni 2 febbraio dodici sposine del popolo venivano «adottate» da altrettante famiglie patrizie che provvedevano alla loro dote. Le prescelte, chiamate «le Marie», sfilavano, vestite e ingioiellate a spese del loro benefattore, tra gli applausi del popolo, ed erano poi invitate a un banchetto offerto dal doge, perché il Carnevale di Venezia ha sempre avuto una fortissima dimensione gastronomica: non è festa se non si mangia bene, e la ricetta delle fritole vendute all'angolo della strada dalla fritolara dei tempi di Casanova è la stessa di quelle che abbiamo preparato qui, a dimostrazione che il cibo è storia ed è eredità di chi prima di noi ha vissuto e... assaggiato.

Ed ecco che crostoli, galani e fritole, insieme ai confetti di semi di coriandolo, ci fanno ritrovare le nostre radici, il gusto della tradizione e di un retaggio condiviso, l'allegria di una festa antichissima in una città che compie ben 1600 anni e... non li dimostra. Buon compleanno, regina dell'Adriatico! E buon Carnevale: come diceva Oscar Wilde, spesso una maschera sa dirci più cose di quante ce ne dica un volto. ■

Maccheroni di Casanova

Impegno Medio
Tempo 1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

320 g paccheri
250 g petto di cappone
150 g panna fresca
140 g lonza di maiale
80 g prosciutto cotto a dadini
40 g burro
3 tuorli
1 scalogno
brodo di manzo
salvia – rosmarino
cannella in polvere
olio di arachide
sale – pepe

Tritate lo scalogno.
Sminuzzate con un coltello il petto di cappone e la lonza di maiale.
Scaldate il burro in una padella larga; appassitevi lo scalogno tritato con un ciuffetto di salvia e un rametto di rosmarino per 1 minuto, quindi unite la carne sminuzzata e il prosciutto a dadini e fate rosolare a fuoco vivo per 10 minuti, mescolando.
Portate a bollore 1,5 litri di brodo di manzo mescolati a 1,5 litri di acqua, salate e cuocetevi i paccheri secondo le indicazioni riportate sulla confezione.
Mescolate la panna con i tuorli, un pizzico di sale, una macinata di pepe e una spolverata di cannella.
Scolate i paccheri e tuffateli nella padella con la carne, unendo anche il composto di panna e tuorli; mescolate sul fuoco, finché non otterrete una salsa cremosa.
Friggete una manciata di foglie di salvia in abbondante olio di arachide per 1 minuto, poi scolatele su carta da cucina.
Servite i paccheri, completando con la salvia fritta e una spolverata di cannella.

FOTO AG. GETTY IMAGES

PER I COSTUMI
Ringraziamo **Lisa Muner** (@theblackrabbit_hole), appassionata di storia del costume e costumista teatrale. Realizza abiti su misura, curati tanto nei dettagli storici quanto in quelli sartoriali.

Pasticcio alla napoletana – Un Piatto da Seduttore

Giacomo Casanova fu un protagonista del Carnevale veneziano. Raffinato buongustaio, nelle sue memorie cita tra i piatti preferiti il pasticcio di maccheroni «preparato da un bravo cuoco napoletano», perfetto per i giorni di festa e di allegria. A quei tempi il pomodoro non era ancora entrato come ingrediente comune nelle cucine e la pasta («maccherone» era nome comune di diversi formati, corti e lunghi) veniva condita anche con zucchero e miele. La nostra ricetta è ripresa da un repertorio napoletano della seconda metà del Settecento, *Il cuoco galante* di Vincenzo Corrado.

Le Sirenuse

BREVE MAPPA DEL GUSTO (PER STAR BENE)

Gli indirizzi dove prendere l'aperitivo, fare una serata tra amici, un pranzo sulla spiaggia, una cena stellata, quando potremo di nuovo muoverci in libertà. Tre criteri: buoni, belli e possibili, verificati dalla redazione di SARA MAGRO

Locanda Margon, TRENTO
Dopo la passeggiata tra i vigneti del Trentodoc, e la visita nei saloni affrescati di Villa Margon, bollicine e risotto alle erbe al ristorante stellato. *locandamargon.it*

Tlò Plazores
SAN VIGILIO DI MAREBBE (BZ)
Dalla stalla e dall'orto al piatto: nel maso del XIII secolo di Uli e Roman ci si sente in famiglia. Piatti ladini e in estate grigliate all'aperto, con carne e formaggi della casa. *plazores.com*

Johannesstube
NOVA LEVANTE (BZ)
In una sala rivestita in pino cembro antico, quattro tavoli, cameriere in guanti bianchi e cucina di montagna, con fiori, verdure dell'orto e selvaggina cucinati da Theodor Falser, stella Michelin. *johannesstube.com*

Masi Wine Bar, CORTINA (BL)
Degustazioni e aperitivi in un rifugio che si affaccia sulla pista del Col Drusciè e sulle altre teatro della Coppa del Mondo di Sci, dal 7 al 21 febbraio 2021. *masi.it*

Club del Doge, The Gritti Palace, VENEZIA
Per una parentesi di felicità, chiedete un tavolo con vista sul Canal Grande e ordinate granceola in zuppetta e spaghetti cacio e pepe con crudo di gambero. *clubdeldoge.com*

La Folperia, PADOVA
Street food alla veneta: si comprano polpi della Laguna cucinati nello storico chioschetto in piazza della Frutta, poi si consumano al bar di fianco.

Hotel Cipriani, VENEZIA
Un Bellini al bordo della piscina più bella di Venezia. Della serie, la Dolce Vita non tramonterà mai. Per fortuna! *belmond.com*

Borgo Eibn Mountain Logde, SAURIS DI SOTTO (UD)
Nel calore di un *fogolar* o su una terrazza fiorita davanti alle montagne, menù con i prodotti dell'agriturismo: sono famosi per la carne alla brace, ma meritano anche i piatti regionali rivisitati, come i *cjarsons* (tipo agnolotti) con formaggio e zucca. *borgoeibn.it*

Borgo Nonino
PERSEANO (UD)
In un casale dell'Ottocento circondato da prati e dieci ettari di bosco, visita delle cantine, degli alambicchi e poi degustazione di grappe (compresa la Riserva 8 anni) davanti al camino o all'aperto. Conviene poi fermarsi a dormire in una delle tre belle suite. *borgononino.it*

Caffè della Posta
COURMAYEUR (AO)
Il ritrovo storico per l'aperitivo dopo una giornata di sport all'aperto: davanti a un camino del Quattrocento, con un tagliere di salumi e formaggi valdostani, uno spritz e gli amici. *caffedellaposta.com*

La Chandelle, Hotel Hermitage, CERVINIA (AO)
In uno chalet tra le montagne, cena al lume di candela, con tovaglie lunghe fino a terra e posate d'epoca. Si mangiano ravioli del plin, filetto di cervo con zucca gratinata, millefoglie al caramello. Indimenticabile. *hotelhermitage.com* →

Seta Mandarin Oriental

Borgo Nonino

Club del Doge

Tlò Plazores

Johannesstube

La Folperia

Ombre e Cicchetti

Borgo Eibn Mountain Logde

Masi Wine Bar

La Filiale

La Chandelle

Salumeria Roscioli

Pianostrada

Seta e Bistrot, Mandarin Oriental, MILANO
Due alternative sotto lo stesso tetto e dello stesso chef, Antonio Guida: menù due stelle Michelin o cucina più tradizionale nel bistrot, anche in giardino. *mandarinoriental.it*

Semi di Grano, GITTANA (LC)
Sul Sentiero del Viandante, la passeggiata che costeggia il lago di Como, la sosta prevede spaghettoni al ragù d'oca, gelato di lavanda e olio e altri piatti aromatizzati con erbe coltivate lì. Il caffè arriva con la moka. IG *@semidigrano*

La Filiale, L'Albereta
ERBUSCO (BS)
Nel chiosco di un parco secolare, pizze gourmet di Franco Pepe e bollicine della casa (Bellavista): un abbinamento riuscitissimo, per buongustai. *albereta.it*

Ombre e Cicchetti
CREMA (CR)
Spieghiamo: *ombre* – vino, ma anche spritz, cocktail e birre –, *cicchetti* – polpettine e altri bocconcini golosi – e agrumi canditi è quel che offre questo delizioso locale in onore della tradizione conviviale veneta. FB *@agrumimichelangelo*

BistRo Aimo e Nadia
MILANO Nel cortile del concept store di Rossana Orlandi, sotto pergolati di rampicanti e lanterne, tante piccole portate anticipano e chiudono un signor menù degustazione del giovane (e bravo) Lorenzo Pesci. *bistroaimoenadia.com*

La Farmacia Del Cambio, TORINO
Di fianco al più antico ristorante italiano, una pasticceria dolce e salata per merende, anche con i bambini, tra le credenze originali di una farmacia del secolo scorso. *delcambio.it*

Unforgettable Experience, TORINO
In un nobile palazzo del centro, Christian Mandura, chef fuori degli schemi, cucina per un solo tavolo: non formalizzatevi se trovate un piatto da leccare. IG *@unforgettable_xp*

Ristorante Gardenia
CALUSO (TO) Mariangela Susigan ha meritato la prima stella green Michelin: i suoi piatti, non solo vegetariani, si compongono con erbe selvatiche raccolte nell'anfiteatro morenico e verdure dei piccoli agricoltori intorno. Si mangia anche nella serra in mezzo all'orto. *gardeniacaluso.com*

La Madernassa
GUARENE (CN) Michelangelo è un pittore. Ma fa lo chef (Mammoliti, due stelle Michelin) in un resort nelle Langhe tra i peri di Madernassa, e il suo omaggio a Kandinsky è un antipasto multicolor con le alici. Ora è impegnato con la neurogastronomia che evoca ricordi gastronomici. Per toccare il cuore. *lamadernassa.it*

Foodopia, POLLONE (BI)
Una cucina agricola con ingredienti tipici del Biellese. Un esempio: zuppa di farro, castagne affumicate e zucca, da mangiare lì o portare a casa. FB *@foodopiabiella*

La Piedigrotta, GENOVA
Una terrazza affacciata sul mare aperto. Emozionante, mentre si mangia risotto ai frutti di mare e altri piatti di pesce supertradizionali e ben fatti. *lapiedigrotta.com*

Panificio Fiordiponti
SANTA MARGHERITA (GE)
Non arrendetevi, se trovate la fila. Va veloce e il premio è una delle focacce più fragranti della Liguria. *fiordiponti.com*

Langosteria Paraggi
PARAGGI (GE)
King crab e pesce freschissimo, nella veranda dei Bagni Fiore (i più chic del Tigullio) guardando un mare verde smeraldo. *langosteria.com*

Drinx, SANREMO (IM)
A due passi dal Porto Vecchio, un posto dove tutto ha un'anima perché realizzato con passione da Francesca e Nicola: dal bancone di travi di castagno alla carta dei vini, ai piatti sanremaschi. Imperdibile l'abbinata farinata e Americano. IG *@drinx.winebar*

Trattoria Ai Due Platani
COLORETO (PR)
Tovaglie a quadretti, musica italiana, e poi: salumi di ricerca, pasta fresca fatta al momento e una montagna di gelato artigianale da condire, per esempio, con Elisir Borsci. IG *@aidueplatani*

Ristorante Maggese
SAN MINIATO (PI)
Alta cucina vegetariana, nel regno della fiorentina. Una scommessa vinta da Fabrizio Marino che con i prodotti del territorio e anni al fianco di Pietro Leemann fa un menù senza proteine animali: non vi mancheranno, promesso. *ristorantemaggese.it*

Four Seasons Florence
FIRENZE
Tra interni e sontuosi giardini (anche sotto un albero centenario), tra lo stellato e il cocktail bar, *This must be the place! fourseasons.com*

Gabbiano 3.0
MARINA DI GROSSETO (GR)
New entry nella guida Michelin 2021, Alessandro Rossi rende onore al paesaggio: il mare si guarda dalle finestre e si gusta in piatti molto ragionati. *ilgabbianotrepuntozero.it*

Tenuta Mastrojanni
MONTALCINO (SI)
Un tavolo davanti alle colline della Val d'Orcia, con ricette toscane e Brunello della casa. *mastrojanni.com* →

FOTO GIOVANNA DI LISCIANDRO

Oltre, BOLOGNA
Invece di tante parole, per capire cosa si intende per evoluzione della trattoria classica, prenotate un tavolo qui e ordinate i tortellini, magari con un cocktail consigliato. *oltrebologna.it*

Pigro, BOLOGNA
Se la felicità è «un bicchiere di vino con un panino», siete nel posto giusto: zoccoletto di grano duro, mortadella Igp e Berlucchi, di fianco alla Basilica gotica di San Petronio. *Via de' Pignattari 1b*

Osteria Bartolini (del Gran Fritto)
MILANO MARITTIMA (FC)
Fritto misto in riva al mare. Lo servono in una cassetta di legno come quelle della frutta. *osteriabartolinicesenatico.com*

Fattoria Colmone
SAN SEVERINO MARCHE (MC)
Tra vigneti ordinati come giardini, degustazione del bianco 1,618 e degli altri vini della Doc più piccola d'Italia, con specialità marchigiane e vista su un'infinità di ermi colli. *fattoriacolmone.it*

Il Tiglio, MONTEMONACO (AP)
Dopo tre anni a Porto Recanati a causa del terremoto, lo chef Enrico Mazzaroni è tornato nel suo ristorante tra i monti Sibillini. Ma ha introdotto il pesce con piatti tipo «mela rosa e acciuga». Ha anche poche camere, spartane ma con colazione gourmet. *iltiglioagriturismo.it*

Lu Focarò, TORRE DI PALME (FM) Cucina casalinga, fatta dalla signora Patrizia. È un indirizzo del cuore, parola del nostro direttore Maddalena Fossati. *lufocaro.it*

Vespasia, Palazzo Seneca, NORCIA (PG)
Pochi tavoli in una sala di un palazzo seicentesco. Alta cucina tradizionale: quindi norcineria e tagliatelle al tartufo nero ci saranno sempre. *vespasianorcia.com*

Alchimista, MONTEFALCO (PG)
Ambiente intimo, vini e piatti umbri, interpretati dalla chef Patrizia Moretti secondo stagione. *ristorantealchimista.it*

La Cantina di Spello
SPELLO (PG) Accogliente come una casa, sia per l'atmosfera sia per la cucina umbra: gnocchi di patate di Colfiorito al tartufo nero, filetto di chianina dei pascoli della Valnerina, insalata di rapunzoli. *lacantinadispello.com*

Hotel de la Ville, ROMA
Aperitivo, pranzo e cena con tapas e piatti regionali firmati da Fulvio Pierangelini (mozzafiato gli spaghetti al pomodoro), su una delle bellissime terrazze di questo hotel in cima a Trinità dei Monti. *roccofortehotels.com*

Zia Restaurant, ROMA
Fresco di stella Michelin, Antonio Ziantoni è la giovane promessa di Trastevere. Per provare, risotto alla bufala, civet di piccione e millefoglie. *ziarestaurant.com*

Salumeria Roscioli, ROMA
Bottega e trattoria storica: la sua carbonara è praticamente d'obbligo. *salumeriaroscioli.com*

Pianostrada, ROMA
Carciofo alla giudia e crostata alle visciole in un cortile bohémien. In cucina e in sala, tutte donne. *pianostrada.it*

Saporetti, SABAUDIA (LT)
Lettino, ombrellone e delivery dal ristorante sulla spiaggia. Poi la sera aperitivo. Sembra di essere a Ibiza, e c'è pure la scuola di surf! *saporetti.it*

Agriturismo Il Cannito
PAESTUM (SA) Lasagne, scialatielli, zuppe e l'acquasale. I piatti della cucina povera cilentana nobilitati anche dallo scenario incantevole, tra il verde dell'azienda agricola e il mare. *ilcannito.com*

L'Africano Beach & Food
MARINA DEL CANTONE (NA)
Pasta alla Nerano sul mare, nel primo lido aperto a Marina del Cantone nel 1958. *Via Vespucci, 43*

La Sponda, Le Sirenuse
POSITANO (SA)
Prenotate il vostro tavolo in prima fila davanti all'Isola Li Galli, alle barche ormeggiate e al borgo colorato: va in onda la Costiera Amalfitana. Al menù pensa Gennaro Russo: gamberetti di nassa, insalata tiepida di mare e delizia ai limoni di Sorrento. *sirenuse.it*

Ciro Oliva, NAPOLI
La pizza di Concettina ai Tre Santi, locale storico di famiglia al Rione Sanità, diventa gourmet grazie al giovane erede Ciro Oliva. *pizzeriaoliva.it*

Zunica 1880
CIVITELLA DEL TRONTO (TE)
Cucina ricercata in una bella piazza, sotto una delle fortezze più grandi d'Italia: chitarra al ragù bianco d'agnello e zafferano, anatra e daikon. Una bella sorpresa. *hotelzunica.it*

D.One, MONTEPAGANO (TE)
Muri a vista e arredi di design: lo chef Davide Pizzuto ha vissuto un anno sul posto per studiare ingredienti e tradizioni. Nascono piatti elaborati come Granetti, estratto di canocchie, burrata e cascigni. *donerestaurant.it*

Margherita 1, PIANELLA (PE)
Arrosticini uno via l'altro, nella loro capitale elettiva. *Via Regina Margherita 3*

Alt, CASTEL DI SANGRO (AQ)
Pronti per il più esplosivo bombolone alla crema mai assaggiato? Lo firma Niko →

Mortadelleria Pigro

Four Seasons Florence

Zia Restaurant

Il Tiglio

FOTO MONICA VINELLA, BRUNO D'AMATA, GIACOMO BRETZEL

La Farmacia Del Cambio

Tenuta Mastrojanni

Lu Focarò

Oltre

La Piana dei Mulini

La Piedigrotta

Langosteria Paraggi

Ristorante Gardenia

Ciro Oliva

Frades

Il Panino di Marino

Locanda Mammì

Paragon 700

D.One

Hotel de la Ville

Vespasia

Alt

Su Gologone

La Madernassa

Caffè Sicilia

L'Africano Beach & Food

Area 8

Romito, come il pollo arrosto e gli altri piatti di ristorazione su una mitica Statale 17 d'Abruzzo. *nikoromito.com*

La Piana dei Mulini COLLE D'ANCHISE (CB)
Cucina molisana secondo stagione in un albergo diffuso tra le case di un minuscolo borgo. Per assaporare come si viveva una volta. *lapianadeimulini.it*

Monticelli, CAMPOBASSO
La chef Simona De Castro fa una cucina di ricordi, aggiornata con la sua sensibilità e quel che trova in stagione. *ristorantemonticelli.com*

Locanda Mammì AGNONE (IS)
Una locanda romantica con cucina di Stefania Pasquo, allieva di Niko Romito, che come lui rispetta la tradizione e la porge nel più attuale dei modi. *locandamammi.it*

Dimora Ulmo, MATERA
Michele Castelli e Virginia Caravita, allievi di Massimo Bottura, propongono tre menù sempre radicati nel territorio. Alta gastronomia in set preistorico, tra i Sassi di Matera. *dimoraulmo.it*

Panificio Paoluccio, MATERA
Focaccia al pomodoro appena sfornata, da mangiare passeggiando nel centro storico. Super! *Via del Corso, 22*

Area 8, MATERA
Il ritrovo per l'aperitivo rinforzato in un locale con arredi vintage da tutto il mondo: tapas, drink, carte da gioco e musica. *area8.it*

Il Panino di Marino NOCI (BA)
Una decina di pani diversi, e un'infinità di combinazioni tra salumi, formaggi, salse e condimenti fatti in casa con i prodotti della Valle d'Itria. Un esempio? Capocollo di Martinafranca, burrata di Noci, percoco di Turi vaporizzato con primitivo di Gioia del Colle, farinella di ceci e orzo tostato di Putignano, e fichi secchi con la mandorla. È il panino più buono che si possa immaginare. FB *@paninodimarino*

Saleblu, La Peschiera, MONOPOLI (BA)
Spaghetti alle vongole e crostacei freschissimi su un molo illuminato con lampioncini. Praticamente in braccio al mare. *peschierahotel.com*

Paragon 700, OSTUNI (BR)
Una sorta di hub della Dolce Vita, con bar, ristorante e piscina. Dietro il bancone, Leonardo Giorgini e Luisiana Colella per drink creativi, e in cucina Giovanni Cerroni, romano, giovane e autentica promessa. *paragon700.com*

Bros, LECCE
Due giovani con esperienza nei tristellati dei Paesi Baschi e senza freni inibitori nell'esprimersi hanno realizzato un ristorante all'avanguardia per lo stile e per la cucina. *@Brosrestaurant*

Le Delizie di Marianna LORICA (CS)
Un agriturismo sulla Sila tra coltivazioni di frutti di bosco e semi rari, galline e quaglie. Le torte sono giustamente famose. *ledeliziedimarianna.it*

Donna Orsola, RICADI (VV)
Francesco, in cucina, Ines, in sala, e Mario Alberto nell'orto, conducono l'azienda di famiglia orientata alla sostenibilità. Usano frutta e verdura di produzione propria e ingredienti di piccoli allevatori e agricoltori dei dintorni. *donnaorsola.com*

Frades, PORTO CERVO (OT)
Pranzo 100% di prodotti sardi, che vendono anche nella bottega annessa: dai culurgiones con gazpacho alle seadas tradizionali, e vista a volo d'uccello su Porto Cervo. Poetico. *frades.eu*

Josto, CAGLIARI
Un po' cuoco, un po' dj al giradischi, il suo piatto firma è la pecora bollita 2.0. *ufficialejosto.it*

Su Gologone, OLIENA (NU)
Picnic nell'orto di un resort ai piedi del Supramonte, con tovaglie e piatti disegnati dalla creativa proprietaria Giovanna. La cucina è tipica sarda. *sugologone.it*

Ovile Bertarelli, BAUNEI (NU)
Malloreddus al sugo, maialetto arrostito, pane carasau; tutto quel che si mangia è fatto con materie prime del posto, uno stazzo isolato tra le montagne dell'Ogliastra. *@ovilebertarelli*

Me Cumpari Turiddu CATANIA Ricette antiche recuperate nei conventi, dalle nonne e nelle trattorie siciliane di una volta. Qui aggiornate e ben presentate. *mecumparituriddu.it*

Agorà Hostel, CATANIA
Vicino alla Pescheria, è un'istituzione in città: si va per una birra, per incontrare gente e per mangiare pizza e piatti siculi all'aperto o in una grotta, al lume di candela, con il fiume che scorre sotterraneo. *agorahostel.com*

Caffè Sicilia, NOTO (SR)
La granita di gelsi (o di limone, o di mandorla) è un'esperienza memorabile come tutti i dolci e salati di Corrado Assenza. *caffesicilia.it*

Ulmo, MENFI (AG)
Dopo la degustazione dei vini, timballo di anelletti e altre ricette della famiglia Planeta, in una delle loro tenute, vicino ai templi di Selinunte. *planeta.it*

FOTO ANDREA STRACCINI

CAVIALE PER GIOCO

Ma anche zuppa di pesce di lago e uovo alla carbonara.
I piatti di Iside De Cesare nascono dalle tradizioni dell'Alto Lazio e spiccano il volo di ROBERTO ZICHITTELLA

In senso orario, alcuni piatti della chef Iside De Cesare (nella pagina accanto): verdure dell'orto; tortellini di cinta senese; un dessert con la piccola pasticceria italiana; coniglio alla cacciatora.

Il bel nome, Iside, è da divinità egizia. L'accento è romano. Il sorriso è aperto e cordiale. Iside De Cesare, chef stellata del ristorante La Parolina, insieme al marito Romano Gordini, ha trovato il suo regno nell'Alto Lazio, in un borgo con meno di cento abitanti che si chiama Trevinano, frazione di Acquapendente, in provincia di Viterbo. Qui Iside e Romano propongono una cucina profondamente radicata nel territorio, ma aperta anche alle influenze umbre e toscane, visto che le due regioni distano appena una manciata di chilometri. «Sono abituata alle contaminazioni», confida Iside, «infatti sono nata e cresciuta a Roma, con padre calabrese e madre milanese. In casa vivevano mia nonna e mio zio, marchigiani. Mio marito è romagnolo e i nostri due figli sono nati uno in Umbria e uno in Toscana».

Come si mangiava a casa De Cesare?
«Si cucinava di tutto, tanto e bene. Io sono sempre stata una buona forchetta: mi chiamavano "passino" perché mi usavano come assaggiatrice. Ho il ricordo netto di alcuni sapori, come quello dei pomodori appena colti dall'orto in Calabria, un sapore che variava a seconda che i pomodori fossero stati innaffiati da poco o no».

Della cucina di famiglia che cosa ha portato nel suo ristorante?
«Di sicuro la pasta fatta in casa. Facciamo solo pasta fresca, perché io e Romano abbiamo pensato di riproporre la tavola della domenica, quella del giorno di festa, in cui si sta e si pranza insieme».

Quali sono i prodotti del territorio che usa più volentieri?
«Il lembo settentrionale del Lazio ha delle materie prime straordinarie. I legumi, come le lenticchie nere di Onano, i ceci neri dal solco dritto, la fagiolina. Un olio eccellente. Le patate che crescono attorno al lago di Bolsena. L'aglio rosso di Proceno. La nocciola tonda gentile romana, che con il suo sapore dolce e amarognolo dà grandi soddisfazioni: noi la mettiamo nei risotti, e ci abbiamo fatto anche una maionese. Poi c'è anche dell'ottimo pesce, soprattutto coregoni e anguille, sempre del lago di Bolsena, che ha acque profonde e non fangose. Usiamo una tecnica per marinare a lungo i filetti e cambiarne la consistenza, rendendola più compatta e più consona ai gusti dei nostri clienti».

Nel menù avete anche una bouillabaisse speciale. Come è fatta?
«Strizzando l'occhio a un piatto della tradizione, la *sbroscia*, una zuppa fatta con il pescato misto del lago».

E il vostro finto caviale?
«È fatto di lenticchie nere cotte in un brodo di pesce (sempre di lago, ovviamente) e servite su una base di patate con una marmellata salata di limoni. Lo presentiamo in una scatolina tonda che ricorda quelle del caviale, infatti ci scriviamo sopra *Caviar imitation*. È un modo di giocare: fra il serio e il faceto, fra il dolce e il salato».

Nella sua cucina quanto c'è di tradizione e quanto di innovazione?
«Non esistono la tradizione e l'innovazione. Tutto ciò che oggi è tradizione, una volta è stato innovativo. Esiste invece una differenza tra innovazione e moda. L'innovazione è ciò che riesce a superare la moda e diventa parte della nostra cultura, mentre la moda rimane per un po' di tendenza, ma poi finisce nel dimenticatoio. L'ambizione dello chef dovrebbe essere quella di fare almeno un piatto che entra nelle cucine delle case».

E nel suo caso qual è?
«Direi l'uovo alla carbonara, che ha avuto diverse fasi. Era nato come uovo affogato avvicinato ai sapori della carbonara. Poi come uovo spumoso dal tuorlo croccante panato e fritto, con l'albume cotto al vapore. Quindi è stato trasformato di nuovo, con l'albume disidratato e croccante come una meringa. L'ultima versione prevede una cottura a 65 °C e l'abbinamento a castagne e guanciale».

Come si mangia nel Lazio?
«Come dicevo, abbiamo prodotti di eccellenza praticamente ovunque, ma ancora con qualche difficoltà di marketing: sono molto buoni, ma spesso non sono raccontati nel modo giusto».

Che cosa si cucina quando è a casa?
«Amo gli gnocchi e me li faccio spesso. Se non ho voglia di cucinare, invece, sono felice anche con pane e olio». ■

IL BEL PAESE

NUOVA SERIE

Seconda puntata del nostro Grand Tour: dai Giganti delle Alpi alla Costiera, storie antiche, sapori della tradizione e start up di quattro regioni

di **SARA MAGRO** e **VALENTINA VERCELLI**, ricette **JOËLLE NÉDERLANTS**, foto dei piatti **RICCARDO LETTIERI**, styling **BEATRICE PRADA**

VALLE D'AOSTA

Da qui i giovani non scappano. Anzi, amano la loro terra, coltivarla e conquistare gli ospiti con le sue meraviglie

foto **STEFANO TORRIONE**

Clelia e Napoleone hanno un centinaio di vacche a Valpelline. Dedicano a loro la vita: si alzano alle tre del mattino per mungerle, le accompagnano al pascolo e nel pomeriggio fanno la seconda mungitura. Le lavano, le accarezzano, parlano con loro e nella stalla c'è sempre la musica di Mozart o di Beethoven: dicono che stimoli la produzione di latte e le renda più felici. Sono fieri di questi bovini, che oltre a fare i formaggi buoni, vincono concorsi di bellezza e i combattimenti nell'Arena di Aosta. Clelia, stivali di gomma e gote rosse, è una forza della natura. Quando finisce in stalla, attacca in cucina: polenta concia o *seupa à la Vapelenentse* filante di fontina, due piatti tipici che si trovano anche nei ristoranti alla moda.

La Valle d'Aosta è così, da una parte i rodeo stile Far West, dall'altra la mondanità sportiva di Courmayeur. Da un lato i Giganti delle Alpi, le vette sopra i 4000 metri, dall'altra l'ascesa mistico-avveniristica dello Skyway, la funivia che sale ruotando su se stessa fino ai 3466 metri di Punta Helbronner, quasi a sfiorare il Monte Bianco. È una sorta di satellite della regione, con il Ristorante →

Il carnevale della Coumba Freida, tipico dei paesi della Valle del Gran San Bernardo. Per la sfilata si indossano maschere dipinte, cappelli stravaganti e costumi che ricordano le divise delle truppe di Napoleone, con l'aggiunta di specchietti e campanelli per scacciare gli spiriti maligni.

Alpino, la libreria (Feltrinelli) più alta d'Europa, una suite dove passare la notte, e un panorama prima riservato solo agli alpinisti esperti.

L'attaccamento alla terra e alle tradizioni non è una storia d'altri tempi. I giovani di qui non sognano di scappare in città. Si iscrivono all'Institut Agricole Régional o all'École Hôtelière de la Vallée d'Aoste per proseguire in modo aggiornato e sperimentale le due principali vocazioni locali: l'agroalimentare e il turismo. Un esempio è Paysage à Manger, una piccola azienda di Gressoney-Saint-Jean fondata nel 2015 da due amici per coltivare varietà rare di patate, protagoniste di ricette tipiche e della merenda valdostana con boudin e lardo di Arnad. L'anno dopo hanno creato un orto di prossimità, che produce solo quello che la comunità consuma, ovvero 120 tipi di ortaggi, piccoli frutti, le patate Walser Kartoffeln, quasi scomparse e recuperate, e le Verrayes, appena diventate presidio Slow Food, il primo della regione.

Storie analoghe riguardano l'ospitalità. Anche l'albergo più contemporaneo, come il CampZero di Champoluc, con palestra di arrampicata dentro e parete-scuola di ghiaccio fuori, conserva l'atmosfera degli chalet in legno, e il villaggio Walser dell'Hotellerie de Mascognaz, che ha arredamento alpino ma di design attuale. ■

LE SPECIALITÀ

FONTINA DOP

È uno dei formaggi più celebri d'Italia, prodotto già nel Medioevo. Anche a quei tempi era così rinomato da comparire in un affresco quattrocentesco del castello di Issogne. È fatto con latte intero di vacche di razza valdostana e ha una pasta elastica e fondente. Il sapore, dolce, delicato e burroso nelle forme giovani, acquista con l'affinamento una maggiore intensità con aromi che ricordano la frutta secca.

TOMA DI GRESSONEY

Prodotta in alpeggio, solo d'estate, è un formaggio vaccino a pasta cruda e semidura, presidio Slow Food; è buona fresca, dopo una stagionatura di almeno un paio di mesi, ma diventa eccellente dopo un anno, quando assume un caratteristico retrogusto piccante. Provatela anche sciolta nella polenta.

LARDO DI ARNAD DOP

Candido, fondente e delicato, è stagionato con sale, spezie e aromi di montagna, negli appositi recipienti di legno, chiamati dolis. Va forte come aperitivo, servito con pane nero appena scaldato e miele.

MOCETTA

Salume di origini antiche, nato dalle esigenze di conservare a lungo la carne. Si produce con tagli magri di vacche invecchiate, ma si possono trovare anche quelle di selvaggina, come camoscio e stambecco. Si può mangiare fresca, condita con olio di noci e sedano selvatico, oppure stagionata e affettata sottile, come la bresaola.

JAMBON DE BOSSES

Tanto raro quanto buono, è un prosciutto crudo di montagna stagionato in quota, su un letto di fieno, da 12 a 30 mesi, dopo essere stato insaporito con pepe, salvia, rosmarino, aglio, ginepro, timo, alloro e altre erbe autoctone. È sapido, con un leggero aroma di erbe.

TEGOLE

Cialde sottilissime a base di farina di nocciole, albume e zucchero che imitano le lastre di pietra dei tetti delle case di montagna. Leggere e molto aromatiche, si mangiano di solito dopo cena con la «fiocca», la densa panna montata della Vallée.

GENEPÌ

Prodotto con alcol, acqua, zucchero e artemisie alpine che crescono sui suoli in quota ricchi di minerali, è un liquore che tradizionalmente si beve liscio come digestivo. Ottimo da provare anche nei cocktail, dissetante allungato con acqua e intrigante come ingrediente nei dolci. Il colore varia dal verde chiaro, se fatto con erbe fresche, al giallo scuro, se si usano quelle secche; ha un sapore che ricorda il fieno e gli agrumi.

I VITIGNI E I VINI

Sotto l'unica Doc Valle d'Aosta ricadono i vini di sette sottodenominazioni di area e diciannove sottodenominazioni di vitigno. Molte le uve autoctone, come il **petit rouge**, il **premetta** e il **fumin**, a bacca scura, e il **prié blanc** a bacca bianca, coltivato alle pendici del Monte Bianco, in vigne tra le più alte d'Europa. Sono molto interessanti anche i vini prodotti da alcuni vitigni internazionali, per esempio il petite arvine e il pinot nero, che si sono acclimatati molto bene in regione, come pure le espressioni di nebbiolo di montagna, che qui viene chiamato picotendro. Se siete al ristorante, potete iniziare la vostra cena con un calice di Blanc de Morgex et de La Salle Metodo Classico, per poi proseguire con un Torrette, il rosso a prevalenza petit rouge più diffuso in regione e, infine, chiudere con un bicchiere del dolce Chambave Muscat Flétri, un passito con profumi di miele, erbe aromatiche e confettura di pesche.

Valle d'Aosta Torrette Superiore 2018 Elio Ottin
Da un'azienda familiare, che produce anche mele e alleva bovini, è un rosso molto tipico, a base di petit rouge, con una quota di fumin. Ha profumi di frutta rossa e spezie, e un gusto fresco, salino ed elegante. Con arrosto e patate. *22 euro*. *ottinvini.it*

Valle d'Aosta Petite Arvine Vigna Rovettaz 2019 Grosjean
Anche se il vitigno è originario della vicina Svizzera, in Valle d'Aosta si è da tempo ben acclimatato. In questo bianco di buona struttura si esprime con aromi di agrumi e di erbe di montagna e con un carattere acido-sapido che incoraggia la bevuta. Sulla trota salmonata al forno. *17 euro*. *grosjeanvins.it*

Valle d'Aosta Fumin 2018 Les Crêtes
Tra i vini più caratteristici della regione, è un rosso elegante, che invecchia bene. Ha un colore intenso, profumi di frutti rossi, spezie e cuoio e un sapore fresco e fragrante. Con grigliate di carne. *22 euro*. *lescretes.it*

Valle d'Aosta Chambave Muscat Flétri 2018 La Vrille
È un passito con un intenso colore giallo dorato e profumi floreali, fruttati e di erbe balsamiche come il timo e la salvia. All'assaggio è pieno, caldo e morbido con un finale mielato e bella acidità. Con le tegole valdostane. *38 euro*. *lavrille.it*

Cotolette valdostane

Impegno Medio
Tempo 40 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- 600 g **6 fettine di vitello**
- 200 g **Fontina Dop**
- 150 g **prosciutto cotto a fette**
- 140 g **burro**
- 2 **uova**
- **pangrattato**
- **sale**

Battete le fettine di vitello e ritagliatele in forma rettangolare.
Dividete la fontina in sei fette.
Adagiate su ciascuna fettina di carne una fetta di fontina e una fetta di prosciutto, quindi richiudete a portafoglio.
Passate la carne farcita prima nelle uova, leggermente sbattute, e poi nel pangrattato, ripetendo l'operazione una seconda volta per sigillare bene le cotolette.
Scaldate la metà del burro in una padella, finché non diventa spumeggiante, e cuocetevi le prime 3 cotolette, a fuoco medio per un paio di minuti per lato. Buttate il burro usato e ripetete l'operazione con l'altra metà del burro per cuocere le tre cotolette rimaste.
Asciugate le cotolette su carta da cucina, salatele e servitele ben calde.

Specialità della ristorazione popolare regionale di probabili origini austriache, si può farcire con l'ottimo prosciutto alla brace di Saint-Oyen oppure provare nella versione con l'osso solo con fontina, arricchita, in stagione, con tartufo bianco.

CAMPANIA

Pasta e patate a Paestum. Una serenata a Ravello. Un trekking gastronomico tra i limoneti e la vista sul Golfo di Sorrento. Infine un caffè a Napoli. Siete pronti per la grande bellezza?

foto MASSIMO LISTRI, PHOTO AND CO/GETTY IMAGES

Breaking news: a Pompei è stato portato alla luce il Termopolio, un take away del IX secolo a.C. All'incrocio tra il vicolo delle Nozze d'Argento e il vicolo dei Balconi, la bottega vendeva pietanze di carne, pesce e volatili, come quelli affrescati sul bancone insieme alla ninfa marina, dai colori così vivaci da sembrare appena fatti. La cucina è sempre stata un vanto della Campania: varia, genuina, alla portata di tutti, che si mangi un umilissimo «pasta e patate» alla

Un vicolo del centro storico di Napoli, la zona più autentica della città con le botteghe degli artigiani, i negozi di alimentari, le pizzerie da asporto. Nella pagina accanto, l'interno di Palazzo Reale, capolavoro barocco, in piazza Plebiscito.

Dispensa San Salvatore di Paestum-Capaccio o che si ordinino ostriche e Champagne al Beach Club 93, sul mare del Cilento e non lontano dai templi greci.

La reginetta del turismo a cinque stelle lusso è sempre la Costiera Amalfitana. Tra Sorrento, Positano, Amalfi, Ravello si trovano alcuni dei più begli alberghi storici tuttora gestiti da famiglie che hanno sviluppato contemporaneamente la capacità di rappresentare il posto in cui si trovano e l'alta ospitalità a livello internazionale. Spesso dichiarano il tutto esaurito. Ci crediamo: una notte al San Pietro, un aperitivo sulla terrazza dell'Excelsior Vittoria, una serenata al Caruso sono esperienze che restano per la vita. Mariella Avino, che gestisce con la sorella Attilia Palazzo Avino a Ravello, ci spiega il perché di tanto successo: «Gli hotel della Costiera sono storici ma li curiamo come fossero casa nostra, aggiungendo sempre novità. L'anno scorso, per esempio, abbiamo rifatto le suite, con progetto e design di Cristina Celestino. Ma poi c'è la posizione». Dalle terrazze del palazzo rosa si vede tutta la Costiera ed è uno →

«DA RAVELLO SI ARRIVA A PIEDI A MINORI, REGNO DELLE PASTICCERIE E DELLE DELIZIE AL LIMONE SFUSATO DI AMALFI»

MARIELLA AVINO, PALAZZO AVINO DI RAVELLO

spettacolo che conquista tutti. «Capisco che sia difficile distogliere lo sguardo, ma invito sempre i miei ospiti a scoprire anche che cosa c'è dietro: una montagna piena di sentieri che scendono verso il mare, da una parte ad Atrani e Amalfi, dall'altra a Minori, dove c'è la pasticceria Sal De Riso, famosa per le delizie al limone». A Maiori, invece, i fratelli Cristian e Alfonso Pappalardo, meno di trent'anni, hanno aperto il ristorante Casa Mandina, dove si mangia al tavolo dello chef con menù a sorpresa.

Non di solo lusso vivono questi cinquanta chilometri di costa. Ci sono tanti piccoli agriturismi di qualità, come quello di Salvatore Aceto, ad Amalfi, dove si dorme, si pranza e si fa colazione tra limoneti panoramici, e la Tenuta Novecento, un'azienda agricola biologica con qualche camera, ad Agerola, capitale della mozzarella sul Sentiero degli Dei. Anche qui si sente l'impazienza di emergere delle nuove generazioni, con progetti per valorizzare l'ambiente rurale e la sua cultura. A questo scopo, Giacomo Miola ha fondando Gastronomic Trekking, una start up che organizza escursioni gourmet: lungo il sentiero si raccolgono erbe e aromi selvatici che poi si cucinano insieme allo chef dell'Hotel Margherita di Praiano.

Napoli non è mai abbastanza lontana per rimandare la visita alla prossima volta: un teatro, il *Cristo velato*, il Museo Madre e «'na tazzulella 'e cafè» meritano sempre una mezza giornata. ■

I VITIGNI E I VINI

La Campania è una grande terra di vini, con alcuni vitigni che danno bianchi tra i più buoni d'Italia: in testa, il **Fiano di Avellino**, capace di sfidare il tempo e ottimo in abbinamento ai piatti marinari, ma anche alle carni bianche; non sono da meno il **Greco di Tufo** e la **Falanghina**, espressiva, forse più semplice, ma molto mediterranea. Merita anche il vitigno **asprinio di Aversa**, con cui si producono buoni spumanti (da provare con la mozzarella in carrozza), e che viene coltivato secondo l'antico sistema ad alberata, con le piante che raggiungono i venti metri di altezza, per cui la vendemmia deve essere fatta con altissime scale; nasce nel Casertano, accanto ad altri vitigni autoctoni interessanti, come il **pallagrello** bianco e nero e il **casavecchia**. Tra i rossi, i migliori sono quelli a base di **aglianico**, tutelati con la Docg Taurasi, in Irpinia, e con la Docg del Taburno, nel Beneventano, e soprannominati Barolo del Sud. Più leggiadro e fresco il **piedirosso**: allevato nell'area vulcanica dei Campi Flegrei e del Vesuvio, dà vini ideali per la tavola quotidiana.

Campi Flegrei Piedirosso Vigna delle Volpi 2017 Agnanum Il vulcano dona a questo rosso curiose note di cenere che si uniscono ai profumi di sottobosco, di fiori, di frutta e di pepe. Succoso e sapido, buono con sartù di riso.
27 euro. *agnanum.it*

Fiano di Avellino Tognano 2017 Rocca del Principe
Intenso e pieno di energia, iodato con profumi di agrumi e di salvia, è tra i migliori della denominazione. Con linguine ai frutti di mare.
21 euro. *roccadelprincipe.it*

Taurasi Poliphemo Riserva 2015 Luigi Tecce Floreale, speziato e carnoso, è diventato una leggenda. Da una vecchia vigna di aglianico, ha una personalità unica, come il suo produttore. Con bistecca alla griglia.
50 euro. *tel. 0827.71375*

Greco di Tufo 2019 Cantine Di Marzo Profuma di frutti gialli e di erbe mediterranee. Fresco e sapido, è ottimo da aperitivo o sugli antipasti di mare.
12 euro. *cantinedimarzo.it*

Falanghina del Sannio 2019 Terra di Briganti
Un bianco biodinamico e di buona struttura, verticale e sapido, con stimolanti note agrumate e di frutta tropicale. Con pollo al limone.
10 euro. *terradibriganti.it*

LE SPECIALITÀ

PROVOLONE DEL MONACO DOP
Ottenuto solo da latte di vacche agerolesi, deve il suo curioso nome al mantello che i pastori indossavano per ripararsi dal freddo quando andavano a Napoli a vendere i loro prodotti. Di sapore speziato e pungente, ha la forma di un melone leggermente allungato, pasta semidura e filata e una stagionatura che va da sei a diciotto mesi. Se invecchiato a lungo, è ottimo anche da grattugia.

POMODORO SAN MARZANO DOP
La sua polpa compatta e carnosa, con poca acqua e pochi semi, lo rende imbattibile per la preparazione di pelati e conserve. Soprannominato oro rosso della Campania, cresce sui fertili suoli vulcanici dell'agro nocerino-sarnese.

LIMONE SFUSATO DI AMALFI IGP
Sfusato, ovvero affusolato, questo limone coltivato sui terrazzamenti della Costiera ha una scorza ricca di oli essenziali, pochi semi e una polpa succosa, moderatamente acida, di sapore così piacevole che in loco lo servono anche in insalata. È il numero uno nella preparazione del limoncello e delle delizie al limone, soffici dolcetti farciti e glassati.

COLATURA DI ALICI DI CETARA
È una salsa liquida di colore ambrato ottenuta dalla pressatura di alici freschissime sotto sale, con un laborioso procedimento che dura alcuni mesi. Tradizionalmente la colatura di alici si usa per condire gli spaghetti, ma è eccellente anche per insaporire piatti a base di pesce e di verdure.

MELANNURCA CAMPANA
La «regina delle mele» ha forma tondeggiante e leggermente appiattita e una polpa bianca, croccante e compatta, succosa e acidula. È particolarmente ricca di vitamine, polifenoli e sali minerali. Si raccoglie acerba e si lascia maturare al sole finché dall'iniziale colore giallo-verde non diventa rossa. Di solito si mangia cruda, meglio ancora se con la buccia, che è ricca di proprietà, ma è ottima anche per preparare confetture, succhi e liquori.

MOZZARELLA DI BUFALA
È uno dei prodotti campani più famosi nel mondo e la sua bontà gli ha fatto guadagnare soprannomi come «oro bianco» e «perla della tavola». Si produce con latte intero fresco di bufala mediterranea italiana e può avere varie forme – tonda, a treccia, a bocconcini– con pesi che variano da venti a ottocento grammi; è liscia, di colore bianco avorio, ha pasta elastica e sapore fresco e delicato. Si mangia in insalata con i pomodori, sulla pizza e nella pasta. È da assaggiare anche su crostini con le acciughe sott'olio e in versione affumicata.

NOCCIOLA DI GIFFONI
Oltre a quelle piemontesi, l'Italia può vantare la produzione di un'altra nocciola eccellente, quella di Giffoni, tondeggiante, fragrante, dolce e molto saporita. La produzione campana è rinomata fin dall'antichità, tanto che le nocciole locali sono state citate da Plinio il Vecchio, Catone e Virgilio e si trovano raffigurate persino su un affresco nel Parco archeologico di Ercolano.

Piatto storico napoletano, questo timballo al ragù ripieno di uova sode e piselli, servito con polpettine, veniva prescritto dai medici come cura ricostituente.

Sartù di riso

Impegno Medio
Tempo 3 ore e 15 minuti

INGREDIENTI PER 10-12 PERSONE

PER IL RAGÙ NAPOLETANO
700 g passata di pomodoro
200 g muscolo di manzo
100 g salsiccia
2 costine di maiale
1 cipolla
vino bianco secco – sale
olio extravergine di oliva

PER LE POLPETTINE
400 g polpa macinata di maiale e di manzo
Parmigiano Reggiano Dop
1 uovo – ½ spicchio di aglio
pangrattato – farina 00
prezzemolo
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PER IL RISO
500 g riso Carnaroli
200 g provola fresca
120 g piselli sgranati
4 uova sode
parmigiano grattugiato
pangrattato
burro
olio extravergine di oliva

PER IL RAGÙ NAPOLETANO
Tritate la cipolla e rosolatela in 3-4 cucchiai di olio; unite la carne a pezzi grossi, sfumate con ½ bicchiere di vino, aggiungete la passata e 1 bicchiere di acqua, regolate di sale e fate cuocere a pentola coperta per 1 ora e 30 minuti, a fiamma bassa. Togliete i pezzi di carne dal sugo (li mangerete a parte).

PER LE POLPETTINE
Mescolate la polpa macinata con 3 cucchiai di parmigiano grattugiato, l'uovo, 1 cucchiaio di pangrattato, 1-2 cucchiai di prezzemolo tritato e l'aglio tritato, sale e pepe.
Formate delle palline grandi circa come una nocciola. Infarinatele e rosolatele in una padella con 3-4 cucchiai di olio.

PER IL RISO
Tostate il riso in una casseruola con 2 cucchiai di olio per un paio di minuti, quindi unite il ragù, 1 bicchiere di acqua e portate a cottura in circa 17 minuti, unendo altra acqua, via via.
Mantecate con il parmigiano grattugiato, unite metà dei piselli e lasciate intiepidire il riso.
Imburrate uno stampo a ciambella (ø 24-26 cm), rivestitelo con il pangrattato e riempitelo con tutto il riso; create poi un profondo incavo lasciando uno strato di riso aderente alle pareti.
Distribuite nell'incavo le uova sode sgusciate, i piselli rimasti, ⅓ delle polpettine e la provola tagliata a dadini. Ricoprite tutto con il riso rimasto e infornate a 180 °C per 40-45 minuti.
Sfornate il sartù, lasciatelo intiepidire per 10 minuti e sformatelo.
Servitelo su un piatto di portata, raccogliendo le polpettine rimaste nel foro centrale.

LAZIO

Nella terra degli Etruschi e sulla Riviera di Ulisse, alla scoperta di borghi fiabeschi, ville di nobili estrosi e ricette insolite

foto STEFANO SPRINGHETTI/CLICKALPS

Tutte le strade portano a Roma, ma certamente non nel resto del Lazio. Eppure è una regione così ricca di tesori (poco conosciuti). Quante volte ripetiamo questa frase? Mai abbastanza, perché ovunque ti giri c'è un capolavoro imperdibile, dalla necropoli etrusca di Tarquinia al Palazzo Farnese di Caprarola, uno dei migliori esempi di manierismo italiano: la scala regia elicoidale progettata dal Vignola e affrescata da Vincenzo Tempesta ha gradini larghi e bassi per salire a cavallo fino agli appartamenti nobili. Il borgo si affaccia sul Lago di Vico, tra distese di noccioli selvatici e le sorgenti del Bullicame: a 58 °C erano la cura naturale dei papi che diedero il nome alle terme di Viterbo, ancora in funzione e da poco ristrutturate. Ed è qui che gli stessi papi abitavano nel sontuoso Palazzo dei Priori, affrescato in ogni centimetro con storie dei notabili dell'epoca e le carte geografiche del mondo di fine Quattrocento. Era un mondo fantasioso, che ancora diverte quando si visita il Parco dei Mostri, antico luna park di Bomarzo, e crea stupore alla vista surreale di Civita di Bagnoregio, un villaggio costruito 2500 anni fa dagli Etruschi sul cocuzzolo di una collina di tufo tra i Calanchi. È ormai il luogo dell'anima e della creatività per il regista Giuseppe Tornatore e lo stilista di Gucci Alessandro Michele, ma può diventarlo di chiunque prenotando una suite alla Corte della Maestà, il poetico b&b dello psichiatra Paolo Crepet e della moglie Cristiana Melis.

Chi cerca sorprese, anche nella patria di amatriciana, carbonara e cacio e pepe, scoprirà un ricettario alternativo. →

Civita di Bagnoregio, in provincia di Viterbo, nell'Alto Lazio. Il borgo, che ha solo una decina di residenti, si raggiunge percorrendo un ponte pedonale lungo 300 metri, e domina la Valle dei Calanchi, tra il Lago di Bolsena e il fiume Tevere.

Trippa alla romana

Impegno Facile
Tempo 1 ora e 15 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg trippa mista a listerelle
500 g passata di pomodoro rustica
100 g pecorino romano grattugiato
50 g olio extravergine di oliva
3 chiodi di garofano
1 spicchio di aglio
1 cipolla bionda
1 carota – 1 costa di sedano
vino bianco secco
menta – peperoncino – sale

Lavate bene la trippa e fatela bollire in acqua salata per 10 minuti.
Mondate e tagliate a dadini il sedano, la carota e la cipolla; appassiteli con l'aglio schiacciato nell'olio. Unite la trippa, rosolatela per 3 minuti, sfumate con ½ bicchiere di vino, lasciate evaporare, poi aggiungete la passata, 1 bicchiere di acqua tiepida, un pizzico di peperoncino, i chiodi di garofano e cuocete per 40 minuti con il coperchio; togliete il coperchio e proseguite la cottura per altri 5-10 minuti, finché il sugo non sarà concentrato, regolando di sale e di peperoncino.
Spegnete, condite con la metà del pecorino e 6 foglie di menta spezzettate. Distribuite la trippa nei piatti e completate con il resto del pecorino, altre 6 foglie di menta spezzettate e servite.

Secondo l'usanza romana, la trippa si mangia il sabato, sia a casa sia nelle trattorie di Trastevere.

Nel Viterbese, vige l'usanza della zuppa. Acquacotta con cicoria selvatica, ceci e castagne o minestra Tuscia: con verdure e semolino, la fanno tutti, anche Iside De Cesare, in versione stellata (vedi pag. 82).

Se sognate il sapore di mare, andate sulla Riviera di Ulisse, il tratto di costa tra Sabaudia e Gaeta dove si alternano Bandiere Blu e alcuni dei «Borghi più belli d'Italia». Come Sperlonga, residenza di vacanza dell'imperatore Tiberio e succursale estiva della movida romana. Per il pesce fresco però si va a Terracina, dallo stellato Essenza, o a Fondi, dove Riso Amaro ha un menù più tradizionale, ma la carbonara la cucina con la ventresca di tonno. E non perdete le grigliate a sorpresa della Macelleria Sapori, sempre a Fondi: sono momenti di sana convivialità. ■

NELLA PATRIA DELL'AMATRICIANA SI MANGIANO ZUPPE COSÌ RICCHE CHE VALGONO COME PIATTO UNICO

LE SPECIALITÀ

GUANCIALE

Non sostituitelo con la pancetta: il guanciale è un taglio di carne suina ricavato dalla guancia, che prevede una parte magra e una di grasso pregiato; dopo la salatura, la speziatura e la stagionatura, ha una consistenza più compatta e un sapore più deciso. Senza guanciale, amatriciana e carbonara non sono la stessa cosa.

PECORINO ROMANO

Originario dell'Agro Romano, oggi è ancora fatto in Lazio e in provincia di Grosseto, ma la quasi totalità della produzione spetta alla Sardegna. A pasta dura, cotta, di latte ovino intero, è compatto, con un sapore aromatico, sapido e leggermente piccante. La stagionatura minima è di cinque mesi. Ingrediente principe di amatriciana e carbonara, è eccellente anche abbinato alle fave fresche.

PORCHETTA DI ARICCIA

A fette, dentro un panino, è il cibo di strada più celebre e gustoso del Lazio. La sua preparazione risale all'antichità e dal 1950 viene festeggiata con una sagra (la prossima è il 4 settembre 2021). La carne di maiale è condita con aglio, rosmarino e pepe nero; dopo la cottura, la cotenna, croccantissima e tiepida, è irresistibile, come nella descrizione di Carlo Emilio Gadda nel romanzo *Quer pasticciaccio brutto de via Merulana.*

PUNTARELLE

Sono i germogli di una varietà di cicoria catalogna, teneri e croccanti, con un delicato gusto amarognolo. Si possono mangiare anche cotte, ma il meglio di sé lo danno «alla romana», cioè crude, condite con olio, aglio, sale e acciughe.

CARCIOFO ROMANESCO

Chiamato anche cimarolo o mammola, cresce sul litorale laziale, ha una forma tondeggiante e schiacciata e un sapore dolce. Di grandi dimensioni e privo di spine, è protagonista di alcune celebri ricette regionali, come i carciofi alla giudia e i carciofi alla romana.

OLIVE DI GAETA

Da mensa e da olio, hanno una forma allungata, un colore violaceo e un sapore amarognolo e vinoso. Si preparano in salamoia e si mangiano come aperitivo o in alcuni piatti locali, come la tiella di Gaeta, una specie di torta salata che ricorda la pizza di scarola.

PANE CASARECCIO DI GENZANO IGP

Questa pagnotta ha una crosta bruna e fine, e una mollica soffice e molto alveolata. Sapida e profumata, è cotta nei forni a legna locali e venduta in forme che variano da mezzo chilo a due chili e mezzo. Provatela con la porchetta di Ariccia o con il saporito olio laziale.

I VITIGNI E I VINI

Il meglio della regione proviene dalla zona di Frascati, dove si producono vini bianchi con un mix di vitigni in cui predomina la **malvasia**: il **Cannellino di Frascati** è abboccato e sta bene con i dolci e con il pecorino romano; il **Frascati Superiore**, invece, si abbina alla cucina di pesce della costa, ai tipici bucatini all'amatriciana e alle coratelle con i carciofi; entrambi i vini sono tutelati con la Docg. Il vitigno più interessante è il **cesanese**, che viene coltivato nelle zone di Olevano Romano, Affile e Piglio e dà vini rossi piacevoli, profumati di visciole, prugne e viole in gioventù, più speziati con il passare degli anni. Assaggiateli con l'agnello, la carne alla griglia e i formaggi di media stagionatura. Un altro vitigno da scoprire è il **bellone**, che dà bianchi strutturati e profumati, mentre non si può non citare l'**Est! Est!! Est!!! di Montefiascone**, che deve il suo nome a una leggenda secondo la quale il vescovo Johannes Defuk (XII secolo), appassionato di vino in viaggio verso Roma al seguito di Enrico V, incaricò il suo coppiere di andare in avanscoperta e di segnalare le osterie con il vino buono con la parola «est», «c'è». Arrivato a Montefiascone e fatto l'assaggio, il coppiere rafforzò il segnale convenuto, ripetendolo tre volte e aggiungendo ben sei punti esclamativi.

Frascati Superiore Luna Mater Riserva 2019 Fontana Candida
Un bianco strutturato e poderoso, tra i migliori della denominazione. Fatto con uve malvasia bianca di Candia, malvasia del Lazio, greco e bombino, profuma di frutta esotica e biancospino; all'assaggio è agrumato e minerale. Rinfresca la pasta alla carbonara. *16 euro. fontanacandida.it*

Metodo Classico Pas Dosé Kius 2013 Marco Carpineti
Marco Carpineti è uno dei viticoltori più virtuosi della regione, capace di produrre vini biologici territoriali e precisi, come questo spumante a base di nero buono di Cori, intenso e maturo. Assaggiate anche l'ottimo olio aziendale. Con tartare di salmone. *32 euro. marcocarpineti.com*

Artemisia 2019 Le Rose
Una Malvasia puntinata mediterranea, fruttata e speziata, con spiccata sapidità e acidità. Per i crostacei alla griglia. *15 euro. aziendaagricolalerose.com*

Cesanese del Piglio Priore Ju Quarto 2018 La Visciola
Da vigne vecchie, ha un colore scuro impenetrabile ed è balsamico, fresco all'assaggio, «terroso» e persistente. Consigliato sulla coda alla vaccinara. *24 euro. tel. 0775.501950*

Castore 2019 Cincinnato
Da una cantina cooperativa di Cori, è un bianco da sole uve bellone. Facile, sapido e agrumato, deve il nome al tempio di Castore e Polluce, patrimonio archeologico di Cori. Con pasta con le sarde. *6 euro. cincinnato.it*

Manarola, piccolo borgo nella riviera di Levante, fa parte del Parco nazionale delle Cinque Terre. Da lì parte la Via dell'Amore, un romantico sentiero vista mare che arriva fino a Riomaggiore.

LIGURIA

Da Levante a Ponente, la costa è riparata dalle montagne e affacciata sul mare, e con il sole sembra subito primavera. Passeggiata tra gli ulivi o paciugo in piazzetta?

foto CARLO CONTI/CLICKALPS

Sì, è febbraio. Ma oggi c'è il sole, e lungo la passeggiata da Paraggi a Portofino, ci si toglie la giacca, poi il maglione fino a restare in maglietta senza soffrire un brivido. Se poi a Paraggi viene voglia di fermarsi un po' sulla spiaggia, finalmente senza ombrelloni, rumore e assembramenti, la tintarella è garantita.

Non bisogna mai credere agli snob anti-Liguria, che si lamentano per l'eccessivo numero di lombardi e piemontesi. È forse proibito avere la fortuna

di un bel posto a portata di weekend? Un paio d'ore in auto e sei in una foto a colori: mare dal blu al verde smeraldo, cielo azzurro, macchia mediterranea verde scuro. La Liguria, dobbiamo ammetterlo, è uno dei posti più belli del mondo. Si sale sul Monte di Portofino e ci si ritrova nel silenzio della natura, tra gli uliveti e la vista sul Golfo del Tigullio e su quello del Paradiso, e non c'è metafora migliore per descriverlo. Poi si scende nella «piazzetta» più chic d'Italia, e anche un toast e un paciugo (gelato, ciliegie, fragole e panna montata) riconciliano con la Dolce Vita, mentre si riconosce qualche vip di passaggio, anche lui in maniche di camicia e scarpe da ginnastica.

Ed è così ovunque, dal confine con la Costa Azzurra a Ponente, fino a quello con la Lunigiana, a Levante. Un lungomare ininterrotto, dove si alternano ville milionarie, mega yacht più alti delle case, barche a vela pronte per la Coppa del Mondo, e solitari casali al limite dell'eremitaggio dove qualcuno sceglie di tornare a una vita essenziale, a contatto con la terra circondato da →

«IL VINO BIANCO DELLE CINQUE TERRE SI COMPORTA COME UN ROSSO. PERCIÒ LO BEVO VOLENTIERI»

GIANNI BRERA

grandi spazi, conservando però la vocazione all'ospitalità con piccoli b&b.

È vero, le spiagge sono una dopo l'altra, organizzate e specializzate – c'è quella per i cani, quella per i sub, quella per i tuffi. Spesso sono succursali dei salotti cittadini e si frequentano più per motivi sociali che balneari.

Da Finale a «Santa» (Margherita), da Porto Venere alle Cinque Terre, ci sono però anche tutte le ragioni perché la Liguria sia tra le mete più sognate del mondo. Americani e australiani restano ammaliati dalla struggente bellezza delle foto con le onde che si infrangono sulle casette colorate aggrappate alla montagna. Ma la conquista definitiva avviene quando si arriva sul posto. Chi dimenticherà il profumo della focaccia bassa e croccante appena sfornata a Genova o di quella col formaggio di Recco? E come si può resistere a un piatto di trofie al pesto e coniglio alla ligure nei menù fissi delle trattorie storiche dell'entroterra, ora più attente alla qualità: lo dimostra La Brinca, a Ne, che ha appena ricevuto il premio Michelin per il sommelier. Il famoso Sciacchetrà merita la degustazione anche perché è un vino eroico raccolto a mano su terrazze rubate alla montagna a picco sul mare. Insomma, c'è una sfilza di buoni ricordi da collezionare, anche la pesca alle ostriche di Porto Venere e la degustazione del raro Vermentino della Duchessa di Westminster. Lo diceva De André, «frittura di pesciolini, bianco di Portofino» sono sempre a disposizione. ■

I VITIGNI E I VINI

I vini più interessanti della regione sono i bianchi, con la piacevole eccezione del **Rossese di Dolceacqua**, un rosso molto elegante, prodotto vicino al confine con la Costa Azzurra. **Vermentino** e **pigato** sono i vitigni locali più diffusi, mentre tra le uve autoctone sono interessanti anche la **bianchetta genovese**, il **cimixià** e la **lumassina**. Da non perdere le bottiglie prodotte nelle Cinque Terre, una zona di eccellenza, con vigne terrazzate ripidissime, apprezzata già dal Petrarca. Qui nasce anche il raro **Sciacchetrà**, un passito a base dei vitigni bosco, albarola e vermentino, ottimo calice da fine pasto, da solo o con i dolci tipici locali. Una curiosità sono gli spumanti di Bisson, prodotti con vitigni locali e affinati in fondo al mare.

Colli di Luni Vermentino Costa Marina 2019 Ottaviano Lambruschi
Profuma di frutta e di erbe, come il basilico e la salvia, questo bianco da vigne vecchie, leggero, scorrevole, iodato e saporito. Con trofie al pesto. *19 euro*. *ottavianolambruschi.com*

Rossese di Dolceacqua 2019 Testalonga
Un rosso succoso, con aromi di ciliegie e pepe nero, fresco all'assaggio e pieno di carattere. Con tagliatelle al ragù. *25 euro*. *tel. 0184.206267*

Harmoge 2017 Walter de Batté Questo vino macerato a base delle uve delle Cinque Terre albarola, bosco e vermentino, è uno dei capolavori dell'enologia ligure. Ha aromi di resina e frutta candita e un sapore avvolgente e sapido. Con zuppe di pesce. *45 euro*. *primaterra.it*

Lumassina 2019 Sancio
Da un raro vitigno autoctono, è un bianco asciutto, schietto e minerale. Con insalata di mare. *10 euro*. *cantinasancio.it*

Riviera Ligure di Ponente Pigato Sogno 2018 VisAmoris
Da una piccola cantina familiare, un bianco sfaccettato, fruttato e balsamico. Con fritto di crostacei e verdure. *19 euro*. *visamoris.it*

LE SPECIALITÀ

CHINOTTO DI SAVONA
La pianta è originaria della Cina, ma fin dal Cinquecento cresce al sole della costa tra Varazze e Finale. Profumatissimi e presidio Slow Food, questi piccoli agrumi si consumano canditi o sciroppati.

ASPARAGO VIOLETTO DI ALBENGA
Di grosso calibro e di colore viola intenso, è un altro presidio Slow Food, prodotto sulla Piana di Albenga. Ha una consistenza morbida e burrosa, che viene esaltata da cotture brevissime; per condirlo, bastano un filo di olio extravergine locale e un pizzico di sale.

PESTO ALLA GENOVESE
È uno dei condimenti più celebri d'Italia: gli ingredienti – basilico (le foglie giovani e più piccole, meglio se il basilico è quello coltivato a Pra'), sale, pinoli, aglio (uno spicchio ogni trenta foglie di basilico), Parmigiano Reggiano stravecchio, Fiore Sardo e olio extravergine della Riviera Ligure – vengono pestati insieme nel mortaio di marmo con il pestello di legno. Il risultato è una salsa cruda, profumatissima, di sapore fresco e delicato.

OLIVE TAGGIASCHE E OLIO EXTRAVERGINE
Prendono il nome dal borgo di Taggia e sono diffuse in tutto il Ponente ligure. Piccole e carnose, si mangiano sott'olio come aperitivo o si usano per insaporire sughi, carni e pesci. Danno anche un olio extravergine dolce e fruttato, con finale piccantino, che rientra nelle sottozone Riviera dei Fiori e Riviera del Ponente savonese della Dop Riviera Ligure.

AGLIO DI VESSALICO
Presidio Slow Food, coltivato in Valle Arroscia, ai piedi delle Alpi, ha un aroma intenso, ma un gusto delicato che lo rende ideale per la preparazione del pesto alla genovese. Tra le sue doti, c'è l'alta digeribilità.

SCIROPPO DI ROSE
È un elisir d'altri tempi, che ricorda i pomeriggi tra signore nei salotti cittadini. La ricetta tradizionale genovese prevede che i petali siano infusi in acqua, zucchero e poco limone. Allungato con acqua fredda d'estate, diventa una bevanda dissetante e rinfrescante; sorseggiato caldo, d'inverno, calma la tosse. Per il suo sapore raffinato, è spesso usato in pasticceria, ma è anche un ottimo ingrediente nei cocktail.

Focaccia al formaggio

Impegno Medio
Tempo 45 minuti più 1 ora di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

250 g farina 00
250 g prescinsêua o crescenza
olio extravergine di oliva
sale

Impastate la farina con 125 g di acqua, unendo un pizzico di sale e 25 g di olio; formate 2 palle di impasto e lasciatele riposare almeno per 1 ora a temperatura ambiente in due ciotole oliate e coperte con la pellicola alimentare. **Stendete** gli impasti, uno per volta, tirandoli bene con le mani su un piano di lavoro ben oliato; dovrete ricavare 2 sfoglie di circa 1 mm di spessore. **Oliate** uno stampo (ø 28-30 cm) e rivestitelo con una sfoglia, tirando bene i bordi. Adagiatevi sopra la prescinsêua a pezzetti, ricoprite con l'altra sfoglia e sigillate il bordo, pizzicandolo lungo la circonferenza; bucherellate la focaccia con una forchetta e spennellate la superficie con un poco di olio. **Infornate** in forno caldo a 280 °C per 10-12 minuti, finché la focaccia non risulterà leggermente dorata in superficie (se il vostro forno non supera i 250 °C prolungate la cottura di un paio di minuti).

La focaccia al formaggio è una ricetta tipica di tutta la Liguria. Quella di Recco è oggi la più famosa.

Qui accanto, Lucia De Prai e Marco Primiceri, proprietari di Duo, a Chiavari. A destra, il Cappon Magro Duo Punto Zero e, sotto, Tagliatelle di asparagi, bottarga e finocchietto di Casa Buono a Ventimiglia. Sotto, l'imprenditore Enrico Vinelli con Davide Cannavino, cuoco di Hostaria Ducale a Genova, e il suo piatto Fungo Fungo Fungo.

LUCI A NORD-OVEST

Dopo anni di anonimato, le cucine di Liguria e Valle d'Aosta tornano a brillare grazie a una generazione di cuochi con le idee chiare. Sette nomi su cui scommettere di **GABRIELE ZANATTA**

Per molto tempo, i ristoratori di Liguria e Valle d'Aosta hanno applicato un pigro teorema: il paesaggio attorno è talmente attraente che non servirebbe quasi impegnarsi a far da mangiare; tanto i turisti accorrono lo stesso. Per fortuna il vento sta cambiando, la cultura alimentare ha sempre più lo spazio che merita e la logica del profitto cede il passo alla ristorazione virtuosa. Protagonista del cambiamento, una generazione di cuochi sui 30 anni meno qualcosa che, dopo aver girato in lungo e in largo, tornano a casa per dar forma a un sogno: raccontare nel piatto bontà all'altezza del paesaggio. Abbiamo scovato i talenti più luminosi delle due regioni.

DALLA RIVIERA...

Procedendo da Ponente a Levante, le buone notizie arrivano già a Ventimiglia. È poco oltre il confine con la Francia che, un anno fa, Antonio Buono e Valentina Florio hanno tirato su la claire di **Casa Buono**, un nome confermato dai fatti. Non c'erano dubbi, del resto, a leggere il curriculum dei due ragazzi, a lungo al lavoro al Mirazur di Mentone lì accanto, l'attuale miglior ristorante del mondo secondo la prestigiosa *World's 50 Best*. Qui, in frazione Trucco, non si apparecchiano però cene fine dining ma una splendida cucina di prodotto, cucita attorno ai magnifici ortaggi dei rigogliosi mercati locali. «Non vedo l'ora di poter mettere mano ai cavoli e cavolfiori di febbraio», si illumina il cuoco di origini napoletane, «per non dire delle barbabietole e delle rape». Difficile trovare il piatto simbolo in un menù a ricambio vorticoso. Ma quegli Eliconi ai profumi di Provenza, un felice esercizio fusion tra il pesto ligure e la bouillabaisse d'oltreconfine, li ricordiamo ancora nitidamente.

Nello stesso periodo ha aperto a Genova città **Hostaria Ducale**, il progetto ambizioso di Enrico Vinelli, imprenditore con una passione sfrenata per la buona tavola. Ai fornelli ha voluto Davide Cannavino, un ragazzo di spessore che si è fatto le ossa da Baldin e Voglia Matta, due insegne che non s'arrendevano a riprodurre stancamente la tradizione ligure. Orto e mare convivono splendidamente nel Ciupin, la zuppa di pesce di Zenà: qui però i pesci sono cotti separatamente e il pomodoro, estratto e aromatizzato al cardamomo, c'è ma non si vede (però si sente eccome). Cannavino studia e perfeziona i grandi classici dell'alta cucina, non solo italiana. Provare per credere il Risotto alla moda di Nino Bergese, mantecato con burro acido e fondo bruno, o la gloriosa (e laboriosa) Lepre à la Royale.

Nella zona pedonale di Chiavari, si trova **Duo**, un locale carinissimo aperto nel luglio 2020 da un'altra coppia d'oro, Lucia De Prai e Marco Primiceri. Pasticciera romana ed ex musa di Quique

FOTO VALENTINA FLORIO

Dacosta lei, cuoco torinese super-sveglio lui, dedicano molta attenzione all'ecosostenibilità, «perché», spiegano in coro, «finalmente noi ristoratori abbiamo l'opportunità di promuovere valori importanti». Sì allora a pesci azzurri misconosciuti come aguglia, boga, costardella, menola o a carni da animali allevati a pascolo libero. Soprattutto, provate il Pane e cioccolato, un dessert anti spreco che ascende al paradiso.

Sul mare dell'Aurelia, oltre il porto di Lavagna, c'è **Impronta d'Acqua**, il progetto di Ivan Maniago e Romina Di Fabio, appena consacrato dalla stella Michelin. Alla corte di questo magnifico professionista friulano, si viene per godere di pesci toccati un minimo, carni regali e ortaggi scrutati col lanternino. Si può scegliere tra i piatti più immediati del menù Goloso – un maialino perfetto o un risotto all'anguilla – il percorso vegetariano oppure il Pensieri, a mano libera. Pregate che l'istinto del cuoco quel giorno metta assieme scampi tostati e durelli di pollo in casseruola, con bisque di scampo montata. Una meraviglia.

...AL MONTE BIANCO

Anche tra le vette alpine, la carica elettrica vira al segno più, per merito di giovani con le idee molto chiare. Non c'è dubbio che il campione della Valle sia Paolo Griffa. Piemontese di Carmagnola, nel 2017 fece qualche tornante più su per ripercorrere i fasti del Cavallo Bianco di Aosta, la leggendaria insegna di Paolo Vai, unico e indimenticato chef capace di accendere due stelle Michelin nella regione. Entrato per la prima volta al Grand Royal, il celebre hotel sulla via dello "struscio" di Courmayeur, Griffa fece buttare giù le mura di sala e cucina del ristorante **Petit Royal** per seminare nove tavoli appena. Che ora, in stagione Covid-19, sono diventati sette. Una grande discrezione accompagna dunque pochi fortunati, che possono cadere sotto i colpi del giovane talento. Un ragazzo che abbina come pochi territorio e creatività, estetica e sostanza. I menù degustazione 2021 sono tre. Quello che proietta la cucina regionale nel futuro si chiama appunto I Love Aosta: apprendiamo qui il significato di *messata*, sorta di deliziosa carne salada di capriolo, fatta a carpaccio sopra a erbe coltivate in idroponica dietro all'hotel. E quello di *favò*, l'unico piatto di pasta secca di cui queste valli abbiano memoria: sono ditalini di farro cotti in brodo di salamella e poi mantecati alla fontina d'alpeggio, una fa-vo-la. Chi volesse spingersi oltre, scelga il menù Arte (da provare: il Raviolo di salmerino a forma di girasole dedicato a Van Gogh) o il Jolly (carta bianca).

Ad Aosta città officia invece Filippo Oggioni, legnanese capace di far risplendere a dicembre la stella Michelin su una vecchia gloria cittadina, il **Vecchio Ristoro**. Il lato più interessante in menù sono le citazioni dei grandi colleghi che l'hanno preceduto, da Georges Escoffier a Fernand Point, dallo stesso Paolo Vai a Gualtiero Marchesi, spia di grande passione e solidità. Impallinato con la carne, specie la selvaggina da piuma, Oggioni fa cantare che è un piacere caprioli e cervi, germani reali e manzette. Ma forse il meglio arriva dall'Anatra in tre servizi: petto col foie gras, ravioli con farcia di sovracosce e un'insalatina di cosce, leggermente alcolica al Pernod. Cucina filologica e di sostanza.

La Valle d'Aosta incrocia infine i ferri con l'Oriente nella proposta crossover del milanese Luca Gubelli, executive chef del resort **Campzero** a Champoluc. Al ristorante gourmet Summit, il Ramen è alpino, perché il Dashi è di barbabietola e i tagliolini sono impastati con una riduzione di Cornalin, uva autoctona. Il Lombetto di capriolo è avvolto da un'alga nori, con soia affumicata, un pizzico di cacao e una purea di sedano rapa. Mondi distanti che collidono ad alta quota. ■

Qui accanto, Paolo Griffa, chef di Petit Royal a Courmayeur e, sotto, il suo Skyline del Monte Bianco ed erbe di stagione della Val Ferret e della Val Veny. A sinistra: sopra, il Ramen alpino di Luca Gubelli (sotto), chef di Summit, il ristorante del resort Campzero a Champoluc. In alto, lo chef Filippo Oggioni al Vecchio Ristoro di Aosta e il suo piatto-firma Quattro paste, crudo di mare e i suoi condimenti.

Roner sous vide professionale termocircolatore a immersione **VPCok** con display al Led, classe energetica A con temperatura regolabile tra i 25 e i 92 °C e sous vide di **Anova**. Macchina per sottovuoto free standing con potenza di aspirazione regolabile e capienza max di 9 litri, **Laica**.Tutto su *amazon.it*

ANDAMENTO LENTO

Cuocere sottovuoto a bassa temperatura con il roner. Una tecnica dolce che dalle cucine professionali è arrivata sulla nostra tavola, sorprendendoci

ricette e testi **SARA TIENI**, foto **RICCARDO LETTIERI**, styling **BEATRICE PRADA**

Oscilla tra l'antico e l'hi-tech la cottura con il roner a bassa temperatura e forse, proprio per questo, è più che mai adatta ai tempi correnti, fatti di smart working e di sempre più numerosi pasti consumati a casa. Abbiamo deciso di cimentarci in questa tecnica sperimentata ormai da almeno 15 anni da quasi l'intero universo dei cuochi stellati, che hanno finito per farlo scoprire anche alle cucine di casa.

Strumenti necessari

Una curiosità: sarà per la precisione, sarà per l'approccio tecnico-scientifico al cibo o perché richiede un minimo uso di padelle e quasi nullo di fornelli, ma cuocere a bassa temperatura affascina molto l'universo maschile. Ecco gli strumenti necessari (più una deliziosa pazienza) per cimentarsi: 1) una **macchina per sottovuoto**, a cassetto (alcuni forni per la cottura a vapore ne sono dotati) o free standing; 2) **appositi sacchetti** per la cottura sottovuoto per chiudervi ermeticamente gli alimenti; in alternativa ai sacchetti potete, soprattutto nel caso di creme, cuocere gli ingredienti negli appositi vasi stagni adatti alla vasocottura in vetro; 3) il **roner** ovvero una resistenza dotata di termostato, da immergere nell'acqua della pentola per mantenerla a temperatura costante fino a fine cottura.

Vantaggi, accorgimenti, temperature

Col roner si cuoce solitamente tra i 55 °C (carne e pesce) e gli 85 °C (farinacei e vegetali) ma gli strumenti più →

Piatto della guancia **Ginori 1735**, posate **Seletti**, vassoio **Yoox**, tessuto di fondo **Romo Fabrics**; roner e macchina per il sottovuoto **Amazon**, pentola **Alessi**, fondo di carta da parati **Jannelli & Volpi**.

COTTURA A 85° CENTIGRADI

Guancia di manzo con cipolline agrodolci

Impegno Medio
Tempo 30 minuti più 8 ore di cottura a 85 °C oppure 48 ore a 55 °C

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g guancia di manzo
350 g cipolline borettane pulite
200 g Vin Santo
100 g vino rosso
50 g miele di castagno
30 g concentrato di pomodoro
2 cipolle
1 carota
1 gambo di sedano
alloro
rosmarino
timo – salvia
aceto di lamponi
zucchero di canna
olio extravergine di oliva
burro – maizena – sale

Private la guancia dei suoi nervetti e della cartilagine esterna.
Preparate un trito grossolano col sedano, la carota e le cipolle e fate rosolare in una padella per 5 minuti, unite i ritagli della guancia e gli aromi. Spegnete e tenete da parte.
Rosolate, in una padella velata di olio ben calda la carne, sigillandola su tutti i lati. Spostatela quindi nella casseruola con il trito di verdure e gli aromi.
Unite il concentrato di pomodoro, deglassate, ovvero sfumate il fondo di cottura della guancia, prima con il Vin Santo, poi con il vino rosso, quindi uniteli alla guancia e alle verdure e regolate di sale.
Inserite la guancia con aromi, verdure e liquidi in un sacchetto per sottovuoto adatto alla cottura anche ad alte temperature.
Unite, in un altro sacchetto, le cipolline con 30 g di aceto di lamponi e il miele di castagno e sigillate.
Cuocete entrambi i sacchetti a 85 °C per 8 ore o a 55 °C per 48 ore.
Immergete i sacchetti in acqua fredda e fate intiepidire.
Filtrate il fondo di cottura della guancia, quindi addensatelo e regolate di sale. Unite una noce di burro e 1 cucchiaino di maizena, quindi legate la salsa.
Caramellate le cipolline in una padella con 2 cucchiai di zucchero di canna e fatele dorare.
Servite la guancia con il suo fondo e le cipolline e a piacere, una purea di patate o di sedano rapa.

avanzati vanno dai 45 °C ai 92 °C.

I vantaggi? Si ottengono pietanze saporite, molto morbide, che non disperdono i principi nutritivi. Si può cucinare senza grassi aggiunti. Il cibo mantiene forma e peso, senza cali ponderali significativi. Gli aromi freschi e le spezie vengono assorbiti in profondità, riducendo significativamente l'uso del sale. **Attenzione**: prima di porre i cibi nei sacchetti, se li avete rosolati, come nel caso delle carni, fateli raffreddare, altrimenti non otterrete il sottovuoto per via del vapore generato.

Dalla bistecca alla fiorentina allo yogurt

Per quanto riguarda le carni, si può scegliere di cuocerle a temperature più alte (tra i 75 e gli 85 °C) per un minor tempo o abbandonarsi ai 55 -70 °C per uno, due, due giorni e mezzo dato che le macchine di nuova generazione sono a **basso consumo** e studiate per un uso anche molto prolungato (fino a 59 ore). Si impostano temperatura e tempo di cottura e si sperimenta: il collagene contenuto nei vari tagli collasserà a poco a poco, diventando gelatinoso e morbidissimo. Ottimi gli stracotti sì, ma filetto e bistecca alla fiorentina vengono davvero impeccabili: 1 ora di cottura a 54 °C e il gioco è fatto.

Interessante anche l'**aromatizzazione degli oli** (con erbe, scorze di agrumi e spezie), da fare dai 55 ai 65 °C. Per gli sperimentatori c'è la marinatura sottovuoto in frigo e successiva cottura di carpacci di pesce, carne e verdure.

Infine le creme dolci e salate a base di uova: cotte a bassa temperatura impiegano certo più tempo ad addensarsi, ma non formano grumi o coaguli: si possono cuocere anche in un vasetto di vetro. Solo un'avvertenza: **bloccarne subito la cottura** immergendo buste o vasi in acqua e ghiaccio. Per gli sperimentatori: sottovuoto a bassa temperatura si può anche preparare lo yogurt: 800 g di latte intero, 40 g di fermenti lattici vivi appositi, 12 ore di cottura a 43 °C: pronto per l'assaggio. ■

Sara Tieni, giornalista e ideatrice di ricette, nella cucina del nostro giornale, durante la realizzazione di questo servizio.

COTTURA A 85° CENTIGRADI

PÂTÉ DI FEGATINI DI POLLO ALLA TOSCANA

Pâté di fegatini di pollo alla toscana

Impegno Facile
Tempo 45 minuti più 8 ore di cottura a 85 °C o 24 ore a 70 °C più 4 ore di riposo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g fegatini di pollo puliti
50 g burro di frigo – 1 carota
1 costa di sedano
1 cipolla – alloro
1 arancia non trattata
pane toscano
brandy – ribes rosso
zucchero semolato
salvia – rosmarino
olio extravergine di oliva
zucchero a velo – sale

Tritate sedano, carote e cipolla, soffriggete per 2-3 minuti con poco olio, unite i fegatini, sfumate con un bicchiere di brandy e cuocete per 8 minuti.
Fate raffreddare, unite salvia, rosmarino e alloro e ponete il composto con il suo liquido in una busta per cottura sottovuoto.
Pelate l'arancia con un pelapatate e affettatene la buccia sottilmente. Ponete quindi le scorzette in una casseruola con mezzo bicchiere di acqua e 3 cucchiai di zucchero semolato, portate a ebollizione, quindi eliminate il liquido.
Ponete le scorzette in un sacchetto e unite 1 cucchiaio di zucchero a velo. Fate raffreddare, quindi sigillate.
Cuocete fegatini e scorzette a 70 °C per 24 ore.
Aprite la busta, eliminate gli odori e filtrate i fegatini del liquido di cottura.
Frullate i fegatini con un mixer e unite il burro e 2-3 cucchiai di liquido di cottura, ottenendo un composto cremoso. Aggiustate di sale.
Fate raffreddare in frigo per 4 ore.
Servite il pâté con pane toscano grigliato, guarnendo con scorze di arancia o bacche di ribes.

Piatto fondo, porta tovagliolo, salsiera e tovagliolino **Yoox**, piatto piano dei carciofi, **Ginori 1735**, posate e salino **Seletti**. Nella pagina accanto, vassoio **Yoox**, piatto **Ginori 1735**, posate e spalma burro **Ashanti Collections**; entrambi i fondi sono di **Jannelli & Volpi**.

COTTURA A 90° + 65° CENTIGRADI

Carciofi con crema dei loro gambi e olio al rosmarino

Impegno Facile
Tempo 25 minuti più 1 ora e 30 a 90 °C più 3 ore a 65 °C
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g 4 carciofi tipo mammola con il loro gambo
50 g rosmarino
pepe bianco e nero in grani
1 spicchio di aglio
olio extravergine di oliva
sale Maldon – sale fino

Mondate profondamente i carciofi ottenendo i cuori.
Pelate i gambi con un pelapatate e tagliateli a tocchetti.
Inserite in un sacchetto da sottovuoto 50 g di olio, una manciata di grani di pepe nero e bianco, l'aglio con la buccia, il rosmarino e poco sale.
Sigillate i carciofi e i gambi in un sacchetto per sottovuoto adatto alle alte temperature.
Cuoceteli per 1 ora e mezzo a 90 °C, quindi abbassate la temperatura a 65 °C e inserite la busta con l'olio aromatico e proseguite per altre 3 ore.
Lasciate intiepidire, poi frullate in crema i gambi e passateli al setaccio.
Condite i carciofi con l'olio aromatico e poco sale Maldon e servite.

Impostazione della temperatura per l'aromatizzazione dell'olio al rosmarino.

COTTURA A 85° CENTIGRADI

INSALATA TIEPIDA DI MOSCARDINI, PATATE, FINOCCHI E CAROTE

COTTURA A 72° CENTIGRADI

COTECHINO CON VERZA FONDENTE ALLA CANNELLA

Insalata tiepida di moscardini, patate, finocchi e carote

Impegno Facile
Tempo 40 minuti
più 8 ore di cottura a 85 °C
o 24 a 72 °C più 30 minuti di riposo
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

800 g 4 moscardini
400 g finocchio
350 g patate
300 g carote
1 limone non trattato
1 arancia non trattata
1 costa di sedano
semi di finocchio
vino bianco secco
zafferano in polvere
olio extravergine di oliva
sale

La messa in sottovuoto del moscardino con i suoi odori e senza grassi.

Pulite i moscardini e metteteli in due buste insieme a 30 g di vino bianco, una manciata di semi di finocchio, la buccia del limone e la costa di sedano.
Pelate le patate e tagliatele in spicchi. Conditele con 5 g di zafferano sciolto in un cucchiaio di acqua tiepida, una presa di sale e sigillatele in una busta.
Affettate il finocchio e conditelo con poco olio e sale e sigillatelo in un'altra busta.
Pelate e affettate a bastoncini le carote, conditele con il succo e la buccia di arancia, poco sale e sigillate.
Riempite un contenitore di acqua e portatela con il roner a 85 °C, cuocete per 8 ore, quindi fate raffreddare tutto nell'acqua di cottura prima di aprire le buste.
Servite i moscardini con la propria acqua di cottura filtrata, insieme alle verdure, condite con un filo di olio.

Cotechino con verza fondente alla cannella

Impegno Medio
Tempo 20 minuti più 36 ore di cottura a 72 °C più 24 ore di riposo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g cotechino artigianale fresco
500 g verza
1 spicchio di aglio
salvia
cannella in polvere
chiodi di garofano
aceto di vino bianco
vino bianco secco
olio extravergine di oliva
sale

Affettate la verza in grosse fette, tagliandola perpendicolarmente al gambo in modo da tenere le foglie unite. Ponetela sottovuoto e fatela marinare in frigorifero con 3 cucchiai di vino bianco, 1 di aceto, 2 chiodi di garofano, lo spicchio di aglio con la buccia, una presa di sale e un cucchiaino di cannella in polvere per 24 ore.
Bucherellate il budello del cotechino, quindi inseritelo con un ciuffo di salvia in un sacchetto per cottura sottovuoto.
Cuocete il cotechino e le fette di verza per 24 ore a 72 °C.
Aprite la busta del cotechino ed eliminate il grasso.
Scolate delicatamente la verza dai liquidi ed eliminate aglio e chiodi di garofano. Arrostitela in una padella ben calda con poco olio 3-4 minuti per parte, quindi servite con il cotechino.

Piatti e posate **Seletti**, bicchiere **Yoox**, tessuto di fondo **Designers Guild**. Nella pagina accanto, piatto dei moscardini, vassoio, sale e pepe **Yoox**, piatto del cotechino **Seletti**, posata **Ashanti Collection**.

Crème brûlée

Impegno Facile
Tempo 20 minuti
più 1 ora di cottura
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g panna fresca
120 g zucchero semolato
8 tuorli – 1 baccello di vaniglia

Unite ai tuorli 70 g di zucchero e la metà dei semi raschiati dall'interno di un baccello di vaniglia ed amalgamate delicatamente con una frusta. Aggiungete la panna e continuate a mescolare fino a ottenere un composto omogeneo. Cercate di non incorporare troppa aria, quindi fate riposare per 15-20 minuti.
Dividete il composto in due buste per cottura sottovuoto e portate la temperatura dell'acqua a 80 °C.
Inserite le buste nell'acqua e fate cuocere per 1 ora.
Estraete le buste e immergetele in una bacinella con acqua e ghiaccio, quindi fate raffreddare.
Dividete il composto in 4 pirottini e cospargeteli con il restante zucchero e, grazie all'apposito strumento, il cannello, bruciate lo zucchero in superficie, creando una crosticina brunita. Servite.
ALTERNATIVA La crema può essere cotta anche in vasocottura, con vasetti ermetici, alla stessa temperatura e servita direttamente negli stessi.

COTTURA A 80° CENTIGRADI

Il composto crudo della crème brûlée viene messo in appositi sacchetti per le alte temperature e semplicemente sigillato con il sous vide, senza creare il sottovuoto.

LA CUCINA ITALIANA

LA SCUOLA

RICETTE SFIDANTI

I KRAPFEN RIPIENI

Lievitazione con impasto ricco e frittura sono passaggi rischiosi. Ma mettersi alla prova darà grande soddisfazione

RICETTA **J. NÉDERLANTS**, TESTI **L. FORTI**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

GIRATE PAGINA PER LA RICETTA...

PREPARAZIONE PASSO PASSO

Che cosa serve per 18-20 krapfen: 350 g di farina Manitoba, 200 g di latte, 150 g di farina 00, 120 g di burro morbido, 50 g di zucchero semolato, 15 g di lievito di birra fresco, 10 g di miele, 7 g di sale, 4 tuorli, 1 uovo, 1 baccello di vaniglia, scorza di 1 limone, olio di arachide, confettura di albicocche, zucchero a velo

1. Mescolate lo zucchero con la scorza grattugiata del limone e i semi della vaniglia. **2.** Sbriciolate il lievito di birra e scioglietelo in 150 g di latte a temperatura ambiente. Sbattete i tuorli e l'uovo e stemperateli con il latte rimasto. **3.** Raccogliete nella ciotola dell'impastatrice le farine e lo zucchero aromatizzato, unite il miele, il latte con il lievito e le uova sbattute e impastate finché gli ingredienti non saranno ben amalgamati. Quindi incorporatevi completamente il burro morbido a fiocchetti, poi, per ultimo, il sale. Lavorate per una decina di minuti finché l'impasto non si staccherà dalle pareti della ciotola. **4-5.** Trasferitelo infine su un piano infarinato, lavoratelo ancora per un paio di minuti e raccoglietelo a palla. Ponetelo in una ciotola capiente, sigillate con la pellicola e lasciate lievitare per un paio di ore o fino al raddoppio del volume. **6-7.** Stendete l'impasto lievitato in un rettangolo di 1,5 cm di spessore. **8.** Ripiegatelo in tre, a portafoglio, copritelo con la pellicola e fatelo riposare per 10 minuti e poi ripetete le stesse operazioni. **9-10.** Stendete l'impasto per la terza volta, sempre sul lato lungo; ritagliatevi dei dischi (ø 7 cm), trasferiteli in una placca foderata di carta da forno, copriteli con un telo infarinato e fateli riposare per 15-20 minuti. **11-12.** Friggeteli, due o tre alla volta, per 4-5 minuti in abbondante olio a 170 °C facendoli dorare su entrambi i lati; scolateli su carta da cucina. **13.** Farciteli con confettura di albicocche forandoli sul fianco con una tasca da pasticciere con bocchetta sottile. Serviteli spolverizzati di zucchero a velo.

Pentola **Staub**, posate **Sambonet**.

A CRONOMETRO

GNOCCHI IN PADELLA

Lavorazioni semplici, pochi gesti, cottura rapida: ecco come pranzare con gusto in meno di un quarto d'ora

IN 4 MINUTI
Sciacquate e grattugiate 150 g di zucchina con la grattugia a fori grossi. Sminuzzate 150 g di cimette di broccolo.

IN 7 MINUTI
Fondete in una larga padella antiaderente dai bordi alti 1 cucchiaiata di burro con 3 filetti di acciuga sott'olio (½ minuto). Unite 1 cucchiaino di farina, versate 1 bicchiere di latte, tutto in una volta, e mescolate con una frusta di silicone. Aggiungete zucchina e broccolo e cuocete per 1 minuto. Unite 400 g di gnocchi di patate freschi, sale, pepe e cuocete mescolando o facendo saltare delicatamente per 4 minuti (se serve, bagnate con un altro po' di latte).

IN 2 MINUTI
Servite completando con 2 cucchiaiate di pecorino grattugiato e un pizzico di paprica dolce. Potete decorare a piacere con cimette di broccolo crude grattugiate. **Dosi per 2 persone**.

TOTALE 13 MINUTI

RICETTA **J. NÉDERLANTS**, TESTI **V. DALLA CIA**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

IL PUNTO CRITICO

CARICARE LA TASCA DA PASTICCIERE

Con i giusti accorgimenti non disperderete il contenuto e riuscirete poi a distribuirlo agevolmente (senza ridurre il piano di lavoro a un campo di battaglia)

1. RIEMPIMENTO

Inserite in un contenitore alto e stretto la tasca da pasticciere (le più pratiche sono quelle usa e getta) già tagliata all'estremità ed eventualmente munita di bocchetta (se però dovete far rassodare il composto in frigo o in freezer, conservatela chiusa). Risvoltate la tasca per metà della sua lunghezza, rimboccandola verso l'esterno del contenitore. Versatevi il composto aiutandovi con un cucchiaio o con una spatola.

2. CHIUSURA

Sollevate il bordo e attorcigliatelo, spingendo il composto verso il fondo finché non risulterà ben compattato (lasciate la tasca nel contenitore, se il composto è fluido). A questo punto la tasca è pronta all'uso: tenendola con una mano sulla parte alta, guidatela muovendo con l'altra la parte inferiore. Attorcigliate via via il bordo per compattare il contenuto.

RICETTA **J. NÉDERLANTS**, TESTI **L. FORTI**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

PRINCIPIANTI IN LIBERTÀ

GUSTO AUMENTATO

Con cioccolato, codette, perline colorate e granella di frutta secca i biscotti diventano pasticcini

Impegno Facilissimo **Tempo** 20 minuti **PER 50 PEZZI**

NELLA LISTA DELLA SPESA

50 biscotti di differenti forme: di Doria abbiamo scelto i classici Bucaneve e Atene, e i Semplicissimi al farro e cioccolato, senza lattosio. **3 tipi di decorazioni per dolci** di Decorì: Fanfetti al cacao, Granella di mandorle, Perline colorate. Inoltre, 250 g di **cioccolato al latte**.

LA RICETTA

1. FONDETE
Fate sciogliere 200 g di cioccolato spezzettato a bagnomaria o nel forno a microonde (a 500-600 W controllando lo scioglimento ogni minuto). Quando sarà quasi tutto fuso, unite il resto, tritato, e amalgamate bene.

2. INTINGETE
Immergete i biscotti nel cioccolato ricoprendoli per metà.

3. DECORATE
Spolverizzate subito il cioccolato con le decorazioni e fate asciugare su carta da forno.

RICETTA **J. NÉDERLANTS**, TESTI **L. FORTI**, FOTO **R. LETTIERI, AG. 123RF**, STYLING **B. PRADA**

IN DIRETTA

DELIVERY ON LINE

Voi ordinate un menù e noi lo prepariamo. Angela Odone, guidata dal nostro Giovanni Rota, ha provato a cucinare una delle ricette

A Milano, finalmente potrete gustare le nostre preparazioni, già pronte, a casa vostra. Vi basterà scegliere fra tre menù, di quattro portate ciascuno.

Come si ordina?

1. Scegliete il menù: a tema terra, mare, orto.
2. Inviate il vostro ordine, entro le ore 12, a: *delivery@lacucinaitaliana.it*
3. Attendete la conferma di ricezione dell'ordine e procedete al pagamento.
4. Ricevete il menù il giorno seguente all'ordine, con tutte le indicazioni, semplicissime, per portarlo in tavola e gustarlo al meglio. Verificate sul sito *scuola.lacucinaitaliana.it/pronta-in-tavola-menu* le info sulle zone raggiunte, sui costi e sulle modalità di pagamento.

● RECORDING...

Crespella con funghi e timo

Impegno Facile
Tempo 1 ora
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

PER LE CRESPELLE
200 g latte – 80 g farina – 8 g burro
1 uovo – 1 tuorlo – sale

PER FARCIRE
200 g latte – noce moscata
35 g formaggio tipo Asiago
25 g burro – 25 g farina – timo
50 funghi a piacere secondo la stagione
scalogno – Grana Padano Dop
sale – olio extravergine di oliva

INFO E CONTATTI

LA SCUOLA DE LA CUCINA ITALIANA
è in piazzale Cadorna 5,
ingresso via San Nicolao 7, 20123 Milano
scuola@lacucinaitaliana.it – tel. 02 49748004

Scoprite gli altri corsi sul nostro sito **scuola.lacucinaitaliana.it**

Sbattete in una ciotola 1 uovo intero e 1 tuorlo con un pizzico di sale e la farina.

Unite al composto il latte e continuate a mescolare con la frusta eliminando gli eventuali grumi.

Sciogliete il burro e unitelo al composto. Fate riposare mentre preparate il resto.

Mondate i funghi, raschiando il gambo con un coltellino. Se necessario passateli con un panno inumidito.

Tagliate i funghi a metà nel senso della lunghezza e poi in fettine sottili.

Saltateli con uno scalogno tritato, olio e timo.

Sciogliete il burro, poi unite la farina così da ottenere il roux. Intanto scaldate il latte.

Unite il roux al latte e cuocete fino a ottenere una besciamella non troppo densa. Profumate con noce moscata.

Tenete da parte un mestolo di besciamella e un cucchiaio di funghi. Mescolate il resto di entrambi.

Insaporite anche con l'Asiago grattugiato, sale e pepe, a piacere.

Cuocete le crespelle in una padella rovente per 1 minuto per lato.

Farcite le crespelle con la besciamella ai funghi. Dividete le crespelle a metà.

Ripiegate ogni mezza crespella in tre parti ottenendo un triangolo, tipo un cono schiacciato.

Accomodate le crespelle in una pirofila unta di olio. Completate con grana grattugiato, il resto della besciamella e dei funghi.

Decorate con qualche fogliolina di timo e infornate sotto il grill per 2-3 minuti.

FOTO FINALE DELLA RICETTA **RICCARDO LETTIERI**

Come tutti, anche noi facciamo la spesa.
Ecco quello che abbiamo messo nel carrello
per la cucina di questo numero

1. La **Fontina Dop** è un passe-partout nella cucina invernale: da tavola o come ingrediente principe di tanti piatti filanti. **2.** Qualche chiodo di garofano di **La Drogheria 1880** e aggiungerete profumo e una leggera piccantezza al vostro brasato, ma anche a una tisana o a un cocktail speziato. **3.** La novità del consorzio **Selenella**, che propone solo prodotti italiani a filiera controllata, sono le cipolle: gialla per i soffritti (nella foto), bianca da lessare o al forno, rossa per le insalate. **4.** Per uno spuntino o la colazione al sacco, un buon panino alla mortadella, quella vera Igp del **Consorzio Mortadella di Bologna**.

5. Le **Naturelle Rustiche** puntano sulla sostenibilità: uova fresche di galline allevate a terra senza antibiotici, da cucinare a cuor leggero. **6.** Due suggerimenti per apprezzare la bontà del **Grana Padano Dop**: grattugiato sul minestrone al posto del sale, o qualche scaglia con un frutto e una fetta di pane durante la giornata. **7.** Raccolto in primavera nei boschi delle Prealpi, il miele di acacia **Mielizia Bio** si usa per dolcificare tè e caffè, ma anche da abbinare a ortaggi ed erborinati. **8.** Cosa si mangia per cena? Risotto o timballo a scelta: con il Carnaroli di **Iper La grande i**, conveniente e di qualità, si prepara un piatto sfizioso in un quarto d'ora. **9.** Croccanti, aromatiche e finemente acidule, le mele **Golden Delicious Bio** si mangiano crude o cotte in torte, strudel e composte.

10. Ricordate **iLcamone, quello vero**? Il pomodoro pregiato coltivato in Sardegna e Sicilia è valorizzato sul suo sito nelle ricette della cuoca Sonia Peronaci. **11.** In confezioni da mezzo chilo, i polpi di **Meno 30**, puliti, lavati e subito congelati, si usano per creare pietanze deliziose. Per esempio in umido alla napoletana, con pomodoro, aglio e prezzemolo. **12. Orogel** è il primo brodo vegetale surgelato in gocce fatto per l'84% di verdure, senza aromi, glutammato, addensanti, né sale. **13.** Contorno sprint con le zucchine fresche di **Esselunga**. **14.** Preparate la crostata con confettura di albicocca bio Filì, in vendita su **Belladispensa.it**: sembrerà di frutta fresca.

A CURA DI **A. ODONE**, TESTI **S. MAGRO**, FOTO **AG. 123RF**

menù

Per il pranzo e per la cena cinque proposte con le nostre ricette di febbraio

Cena a due

Gourmet romantici a lume di candela

Carpaccio di vitello con funghi champignon pag. 23 + **Maccheroni di Casanova** pag. 72 + **Montebianco** pag. 52

Profumi di mare

Crostacei, molluschi e pesce azzurro

Insalatina di scampi e mele pag. 25 + **Pappardelle con il polpo al vino** pag. 39 + **Alici «scattiate»** pag. 44

Tavola vegetariana

Con il meglio di stagione

Parmigiana di carciofi pag. 40 + **Insalata invernale** pag. 46 + **Creme fritte** pag. 68

Giovedì grasso

Un desco ghiotto per festeggiare in allegria

Risotto al salto con fonduta pag. 42 + **Oca arrosto con le mele** pag. 48 + **Galani e crostoli** pag. 68

Facile e rapido

Tutto pronto in poco più di un'ora

Piccole bruschette con burrata pag. 35 + **Zuppa di finocchi e verza con speck** pag. 39 + **Rostin negàa** pag. 47

Indirizzi

I NOSTRI PARTNER

Ringraziamo le aziende che hanno collaborato alla realizzazione dei nostri servizi. Per maggiori informazioni sui prodotti utilizzati nelle fotografie: lacucinaitaliana.it

AIRC airc.it
Alessi alessi.com
Anova in vendita su amazon.it
Ashanti Collections ashanti-collections.com
Baci Perugina baciperugina.com
Bella Dispensa Belladispensa.it
Bellavista bellavistawine.it
Bitossi Home bitossihome.it
Ca' Maiol camaiol.it
Caffé Vergnano 1882 caffevergnano.com
Cantina Bolzano cantinabolzano.com
Citrus citrusitalia.it
Consorzio Mortadella di Bologna mortadellabologna.com
Consorzio Produttori e Tutela della Fontina Dop fontina-dop.it
Consorzio Tutela Grana Padano granapadano.it
Decorì decoridolci.it
Designers Guild designersguild.com
Discovery Italia discovery-italia.it
Domori domori.com
Doria doria.it
Esselunga esselunga.it
Felicia glutenfreefelicia.com
Ferrari f.lli Lunelli ferraritrento.com
Ferrero ferrero.it
Ginori 1735 ginori1735.com
Golden Delicious Bio Mela Val Venosta vip.coop
Grappa Nonino grappanonino.it
Green Pea greenpea.com
Gruppo Italiano Vini gruppoitalianovini.it
Gruppo Montenegro gruppomontenegro.com
il Viaggiator Goloso ilviaggiatorgoloso.it
iLcamone, quello vero ilcamone.it
Illy illy.com
Iper La grande i iper.it
Jannelli&Volpi jannellievolpi.it
KNIndustrie knindustrie.it
La Drogheria 1880 drogheria.com
Laica in vendita su amazon.it
Laird - Straight Applejack 86 compagnia deicaraibi.com
Le Creuset lecreuset.it
Le Naturelle lenaturelle.it
Lisa Muner @theblackrabbit_hole
Masi masi.it
Meno 30 menotrenta.it
Mielizia mielizia.com
Once Milano oncemilano.com
Orogel orogel.it
Pasqua Vigneti e Cantine pasqua.it
Romo Fabrics romo.com
Rotari rotari.it
Sambonet sambonet.it
Santa Margherita santamarghertia.com
Selenella selenella.it
Seletti seletti.it
Staub staub-italia.it
Tescoma tescomaonline.com
Thun thun.com
Tommasi tommasi.com
Val delle Rose valdellerose.it
Vecchia Romagna vecchiaromagna.it
VPCok in vendita su amazon.it
Yoox yoox.com

Servizio Abbonamenti Per informazioni, reclami o per qualsiasi necessità, si prega di **telefonare al n.02 86 80 80 80**, oppure scrivere una e-mail a **abbonati@condenast.it**. Fax n° 02 86 88 28 69

Subscription Rates Abroad For subscriptions orders from foreign countries, please visit **abbonatiqui.it/subscription**. For further information please contact our Subscription Service: phone +39 02 92 96 10 10 - fax +39 02 86 88 28 69 - e-mail: abbonati@condenast.it.
Prices are in Euro and are referred to 1 year subscription.

MAGAZINE	ISSUES PER YEAR	EUROPE AND MEDIT. COUNTRIES (ORDINARY MAIL)	AFRICA/AMERICA ASIA/AUSTRALIA (AIR MAIL)
AD	11	€ 80,00	€ 135,00
GQ	10	€ 52,00	€ 82,00
TRAVELLER	4	€ 25,00	€ 35,00
VOGUE ITALIA	12	€ 87,00	€ 157,00
VANITY FAIR	41	€ 126,00	€ 182,00
LA CUCINA ITALIANA	12	€ 88,00	€ 130,00

International distribution: A.I.E. – Agenzia Italiana di Esportazione Srl – Via Manzoni, 12 – 20089 ROZZANO (MI) Italy – Tel. +39 02 5753911 – Fax. +39 02 57512606 – e-mail: info@aie-mag.com

CONDÉ NAST

PUBLISHED BY CONDÉ NAST
Chief Executive Officer **Roger Lynch**
Global Chief Revenue Officer & President, U.S. Revenue **Pamela Drucker Mann**
U.S. Artistic Director and Global Content Advisor **Anna Wintour**
Chief of Staff **Samantha Morgan**
Chief Data Officer **Karthic Bala**
Chief Client Officer **Jamie Jouning**

CONDÉ NAST ENTERTAINMENT
President **Oren Katzeff**
Executive Vice President – Alternative Programming **Joe LaBracio**
Executive Vice President – CNÉ Studios **Al Edgington**
Executive Vice President – General Manager of Operations **Kathryn Friedrich**

CHAIRMAN OF THE BOARD
Jonathan Newhouse

WORLDWIDE EDITIONS
France: AD, AD Collector, Glamour, GQ, Vanity Fair, Vogue, Vogue Collections, Vogue Hommes
Germany: AD, Glamour, GQ, GQ Style, Vogue
India: AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vogue
Italy: AD, Condé Nast Traveller, Experienceis, GQ, La Cucina Italiana, Vanity Fair, Vogue, Wired, Frame Condé Nast Experience Store
Japan: GQ, Rumor Me, Vogue, Vogue Girl, Vogue Wedding, Wired
Mexico and Latin America: AD Mexico, Glamour Mexico, GQ Mexico and Latin America, Vogue Mexico and Latin America
Spain: AD, Condé Nast College Spain, Condé Nast Traveler, Glamour, GQ, Vanity Fair, Vogue, Vogue Niños, Vogue Novias
Taiwan: GQ, Interculture, Vogue
United Kingdom: London: HQ, Condé Nast College of Fashion and Design, Vogue Business;
Britain: Condé Nast Johansens, Condé Nast Traveller, Glamour, GQ, GQ Style, House & Garden, LOVE, Tatler, The World of Interiors, Vanity Fair, Vogue,Wired
United States: Allure, Architectural Digest, Ars Technica, basically, Bon Appétit, Clever, Condé Nast Traveler, epicurious, Glamour, GQ, GQ Style, healthy ish, HIVE, Pitchfork, Self, Teen Vogue, them., The New Yorker, The Scene, Vanity Fair, Vogue, Wired

PUBLISHED UNDER JOINT VENTURE
Brazil: Casa Vogue, Glamour, GQ, Vogue
Russia: AD, Glamour, Glamour Style Book, GQ, GQ Style, Tatler, Vogue

PUBLISHED UNDER LICENSE OR COPYRIGHT COOPERATION
Australia: GQ, Vogue, Vogue Living
Bulgaria: Glamour
China: AD, Condé Nast Center of Fashion & Design, Condé Nast Traveler, GQ, GQ Style, Vogue, Vogue Film, Vogue Me
Czech Republic and Slovakia: La Cucina Italiana, Vogue
Germany: GQ Bar Berlin
Greece: Vogue
Hong Kong: Vogue
Hungary: Glamour
Iceland: Glamour
Korea: Allure, GQ, Vogue
Middle East: AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vogue, Vogue Café Riyadh, Wired
Poland: Glamour, Vogue
Portugal: GQ, Vogue, Vogue Café Porto
Romania: Glamour
Russia: Tatler Club, Vogue Café Moscow
Serbia: La Cucina Italiana
South Africa: Glamour, Glamour Hair, GQ, GQ Style, House & Garden, House & Garden Gourmet
Thailand: GQ, Vogue
The Netherlands: Glamour, Vogue, Vogue Living, Vogue Man, Vogue The Book
Turkey: GQ, La Cucina Italiana, Vogue
Ukraine: Vogue, Vogue Café Kiev

Condé Nast is a global media company producing premium content with a footprint of more than 1 billion consumers in 31 markets.
condenast.com

LA CUCINA ITALIANA Direttore Responsabile: Maddalena Fossati Dondero. Registrazione del Tribunale di Milano n. 2380 del 15.6.1951. La Edizioni Condé Nast S.p.A. è iscritta nel Registro degli Operatori di Comunicazione con il numero 6571. Poste Italiane S.P.A. - Spedizione in abbonamento postale - Aut. MBPA/LO-NO/062/A.P./2018 - ART. 1 COMMA 1 - LO/MI. Distribuzione per l'Italia: SO.DI.P. «Angelo Patuzzi» S.p.A. via Bettola 18, 20092 Cinisello Balsamo (Mi), tel. 02.660301, fax 02.66030320. Distribuzione Estero Sole Agent for Distribution Abroad A.I.E. - Agenzia Italiana di Esportazione SpA, via Manzoni 12, 20089 Rozzano (Milano), tel. 025753911. fax 02 57512606. www.aie-mag.com. Stampa: Rotolito S.p.a., Stabilimento di Cernusco sul Naviglio - Printed in Italy. Numeri arretrati: Il prezzo di ogni arretrato è di € 12,00 comprensivo di spese di spedizione. Per avere informazioni sulla disponibilità degli arretrati de La Cucina Italiana telefona al 039/5983886, dalle 9.00 alle 12.30 e dalle 14.00 alle 18.00 dal lunedì al venerdì, oppure consulta il sito: https://lacucinaitaliana.sfogliare.it/

FIEG Questo periodico è iscritto alla Federazione Italiana Editori Giornali

Accertamenti Diffusione Stampa Certificato n. 8699 del 25-05-2020

Certificato PEFC
Questo prodotto è realizzato con materia prima da foreste gestite in maniera sostenibile e da fonti controllate
PEFC/18-31-103
www.pefc.it

L'INDICE DI CUCINA

★ Facile ★★ Medio ★★★ Per esperti V Vegetariana V Senza glutine
● Piatti che si possono realizzare in anticipo, interamente o solo in parte (come suggerito nelle ricette)
(+1h) In rosso, il tempo, non operoso, necessario per lievitazione, marinatura, raffreddamento

LE MISURE a portata di mano

Per facilitare e rendere più svelto il lavoro in cucina, invece di usare la bilancia, dosate ingredienti liquidi e in polvere con tazze e cucchiai

BICCHIERINO DA LIQUORE COLMO EQUIVALE A: **60 g di acqua**, vino, brodo. 65 g di latte. 55 g di olio. 50 g di zucchero semolato.

TAZZINA DA CAFFÈ COLMA EQUIVALE A: **80 g di acqua**, vino, brodo. 70 g di olio. 70 g di zucchero semolato. 50 g di farina. 40 g di grana grattugiato.

CUCCHIAINO DA TÈ RASO EQUIVALE A: **4 g di acqua**, vino, brodo. 3 g di olio. 5 g di sale grosso. 4 g di sale fino. 3 g di zucchero semolato. 2 g di farina. 2 g di grana grattugiato.

BICCHIERE DA ACQUA COLMO EQUIVALE A: **200 g di acqua**, vino, brodo. 220 g di latte. 170 g di zucchero semolato. 130 g di farina. 160 g di riso.

TAZZA DA TÈ COLMA EQUIVALE A: **240 g di acqua**, vino, brodo. 250 g di latte. 200 g di zucchero semolato. 150 g di farina. 200 g di riso.

CUCCHIAIO DA MINESTRA RASO EQUIVALE A: **12 g di acqua**, vino, brodo, latte. 10 g di olio. 15 g di sale grosso. 15 g di sale fino. 10 g di zucchero semolato. 10 g di farina. 5 g di grana grattugiato.

MESTOLO RASO EQUIVALE A: **120 g di acqua**, vino, brodo. 125 g di latte.

PIZZICO EQUIVALE A: 5 g di sale grosso. 4 g di sale fino. 3 g di zucchero semolato.

PUGNETTO EQUIVALE A: 30 g di riso. 30 g di zucchero semolato. 25 g di farina.

MEGLIO LA TROTA

Due amici trasformano la passione per la pesca in un laboratorio di lavorazione di pesci d'acqua dolce. Da far dimenticare il nobile salmone

«La trota è un prodotto meraviglioso della Valle d'Aosta, ma non è valorizzato abbastanza. Così abbiamo pensato di farlo noi», dice Lorenzo Quaccia, 27 anni, fondatore, con l'amico Edoardo Zanuttini, di Altura, un piccolo e moderno laboratorio per la lavorazione di pesci d'acqua dolce a Verrès. «Per scelta, usiamo solo pesci allevati in acqua di sorgente alpina, a bassa densità, con alimentazione controllata e almeno in parte biologica». Si riforniscono in un allevamento a Morgex, e in altri due in Piemonte, ma l'obiettivo del 2021 è di spostare l'intera filiera in regione. E sono a buon punto, perché al momento lavorano salmerini, coregoni e trote, usando quasi esclusivamente ingredienti regionali: achillea moscata e genepì coltivati sopra i 1500 metri, per aromatizzare; legno di faggio, ontano, ciliegio per affumicare, a freddo o a caldo. «Il pesce di acquacoltura italiano è di alta qualità», ci spiega Lorenzo. «Per esempio, la trota salmonata ha carne morbida e compatta, molto meno grassa del salmone, doppiamente digeribile e altrettanto pregiata. In più è nostrana». Intanto l'attività cresce. Oltre al mercato locale, vendono in Piemonte, Lombardia e Liguria, e sono quasi pronti per aprire alle degustazioni e organizzare corsi per insegnare la tecnica dell'affumicatura in versione casalinga. Infine c'è il progetto di ampliare i prodotti. «Abbiamo iniziato a sperimentare la fermentazione e la stagionatura della trota, e la presenteremo presto», conclude Lorenzo. E promette: «Tagliata sottile e condita con olio e limone è squisita». SARA MAGRO

Due momenti della lavorazione della trota salmonata: affumicatura e confezionamento in scatole artigianali di legno. In alto, Lorenzo Quaccia, a sinistra, ed Edoardo Zanuttini, fondatori nel 2019 di Altura.

FOTO SIMONE SOZZI